ธรรมบันดาล หลวงพ่อทองพูน ปุญญกาโม วัดป่าอภัยวัน



# ธรรม บันดาล

หลวงพ่อทองพูน ปุญญกาโม
วัดป่าอภัยวัน อำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น

# ธรรม
# บันดาล

บันทึกคติธรรมและพระธรรมเทศนา
ของ

หลวงพ่อทองพูน ปุญญกาโม
วัดป่าอภัยวัน อำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น

# วัดป่าอภัยวัน อำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น
# บันทึกคติธรรมและพระธรรมเทศนาของ
# หลวงพ่อทองพูน ปุญญกาโม


| | | |
|---|---|---|
| พิมพ์ครั้งที่ ๑ | : | ธันวาคม ๒๕๕๗ |
| จำนวนพิมพ์ | : | ๕,๐๐๐ เล่ม |
| จัดพิมพ์เป็นธรรมทานโดย | : | กองทุนส่งสุขด้วยธรรมค้ำจุนโลก<br>โดยหลวงพ่อทองพูน ปุญญกาโม<br>และพระมหาชูชาติ ตปสีโล |
| ประธานที่ปรึกษา | : | พระมหาชูชาติ ตปสีโล |
| คณะดำเนินงาน | : | ผู้อำนวยการวรชัย ลิขิตายน<br>และคณะศิษยานุศิษย์ |
| ข้อมูลภาพ/แถบบันทึกเสียง | : | พระมหาชูชาติ ตปสีโล<br>พระธรรมนูญ นิติสาโร |
| ถอดแถบบันทึกเสียง/เรียบเรียง | : | อาจารย์ลัดดาวัลย์ ทนุโวหาร<br>อาจารย์สุชีรา โกมโลทก<br>ศิโรรัตน์ แก้วกงพาน<br>วรัชนันท์ สีเอี้ยง |
| พิสูจน์อักษร | : | มริษฎา แจ่มผล ,ปริศนา ลิขิตายน |
| จัดทำรูปแบบ/ประสานงาน | : | ธรรมจักร คล้ายนิล |
| คณะผู้จัดพิมพ์ | : | คณะศิษยานุศิษย์ |


**สัพพทานัง ธัมมทานัง ชินาติ**

**การให้ธรรมเป็นทาน ย่อมชนะการให้ทั้งปวง**



หลวงพ่อทองพูน ปุญญกาโม
วัดป่าอภัยวัน อำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น




## อานิสงส์การร่วมบุญสร้างพระธาตุเจดีย์

การสร้างเจดีย์เพื่อบรรจุพระบรมสารีริกธาตุ หรือ อัฐิธาตุของบุคคลที่ควรบูชาได้แก่ พระพุทธเจ้า พระปัจเจกพุทธเจ้า พระอรหันต์ และพระเจ้าจักรพรรดิ เป็นการสร้างมงคลให้กับตนเองอย่างสูงสุด เมื่อตายไปย่อมไปสู่สุคติโลกสวรรค์ย่อมได้ดวงตาเห็นธรรมและบรรลุมรรคผลนิพพานโดยง่าย การมีส่วนร่วมสร้างพระเจดีย์จะมากหรือน้อย ถ้าทำด้วยความเลื่อมใส ก็ย่อมได้อานิสงส์มากมาย




## ร่วมสร้างเจดีย์โดยการโอนเงินผ่าน

ธนาคารกรุงไทย
เลขที่บัญชี ๙๘๒-๒-๔๕๙๕๖-๔
บัญชีออมทรัพย์ สาขา เซ็นทรัลขอนแก่น
ชื่อบัญชี วัดป่าอภัยวัน สร้าง พิพิธภัณฑ์เจดีย์ปุญญกามานุสรณ์

| | |
|---|---|
| พระไพบูรณ์ (เจ้าอาวาสวัดป่าอภัยวัน) | โทร.086-6302998 |
| พระครูสิริธรรมประทีป | โทร. 08-45451991 |
| พระมหาชูชาติ(อ.มหาเปิ้ล) | โทร. 08-4646 4655 |
| พระธรรมนูญ นิติสาโร | โทร. 08-6164 1919 |
| | 08-1803 1516 |
| คุณกองสิน (ไวยาวัจกรวัด) | โทร. 089-274 2516 |

# โลหิตธาตุ และเกศาธาตุ หลวงพ่อทองพูน ปุญญกาโม

"จิตไม่บริสุทธิ์เป็นพระธาตุไม่ได้
ในตำราท่านบอกไว้ชัดเจนร้อยเปอร์เซนต์บอกไว้ตรงเป๋งเลย
บอกว่าอัฐิที่จะกลายเป็นพระธาตุได้มีอัฐิพระอรหันต์เท่านั้น"

พระมหาบัว ญาณสัมปันโน

๑๓ ตุลาคม ๒๕๓๙





โลหิตธาตุนี้เกิดจากผ้าจีวรที่หลวงพ่อท่านใช้หนุนศรีษะเมื่อท่านเข้ารับการผ่าตัดก่อนมรณภาพผ้าจีวรผืนนี้เปื้อนเลือดและอื่น ๆ บ้านธรรมะทูอินวันรับมาเก็บไว้เมื่อตอนรับหลวงพ่อออกจากไอซียู เมื่อวันที่ ๗ กันยายน ๒๕๕๕ และนำมาตากลมไว้ จนเมื่อวันอาทิตย์ที่ ๓๐ กันยายน ๒๕๕๕ ได้นำมาตัดไว้ เพื่อติดล๊อคเก็ตที่จะทำแจกวันประชุมเพลิง เมื่อคลี่ผ้าและตัดแบ่งออกทีละขันธ์ ปรากฏว่าเมื่อหยิบผ้าที่ตัดแล้วกองไว้ ก็ปรากฏพระธาตุไหลออกมาจากกองผ้า ซึ่งกองไว้บนผ้าขาวหยิบทางซ้ายก็มีหยิบทางขวาก็มีลูกศิษย์บ้านธรรมะทูอินวัน ๑๐ กว่าคน ตะลึงตาค้างน้ำตาซึมกันเป็นแถว โทรตามคนโน้นคนนี้มาดูกัน วรรณะที่เห็นวันแรกออกสีแดงเป็นส่วนใหญ่ ๒ วันผ่านไป เริ่มฟอกเป็นสีขาวใส ๗ วันผ่านไปเป็นสีเหลือง สีขาวใส สีแดง และสีม่วง เป็นต้น

# คำนำ

ตั้งแต่เข้าร่มแห่งผ้ากาสาวพัตร์ หลวงพ่อทองพูน ปุญญกาโม เป็นพระสงฆ์ที่มุ่งมั่นในการทำความเพียรมาตลอดจนได้เข้าใจในหลักธรรมขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า โดยอาศัยความศรัทธาอย่างแรงกล้า เคารพเชื่อฟังคำสั่งสอนของพ่อแม่ครูบาอาจารย์โดยเฉพาะ หลวงปู่เทสก์ เทสรังสี วัดหินหมากเป้ง หลังจากที่หลวงพ่อได้ออกบวชเพราะองค์ท่านรีบเร่งความเพียรอย่างอุกฤษฏ์มาตั้งแต่บวชใหม่ ๆ ไม่เคยลดละ ดังปรากฏ ให้เราท่านได้เห็น หรือคนใกล้ชิดท่านจะพึงทราบดี ไม่ว่าจะเป็นการหลับนอนที่น้อย เจริญความเพียรมาก อดนอน ผ่อนอาหาร เดินจงกรม นั่งสมาธิ ครั้งละสามชั่วโมงเป็นอย่างต่ำเป็นต้น สมดังพุทธสุภาษิตที่ว่า **วิริเยนะ ทุกขะมัจเจติ บุคคลจะล่วงทุกข์ได้ เพราะความเพียร**

ธรรมคำสั่งสอนขององค์หลวงพ่อนั้นก็ออกจากการปฏิบัติของท่านนั้นเอง อันได้รับรู้และซาบซึ้งรสของธรรมนั้น นำมาสั่งสอนบรรดาลูกศิษย์ลูกหา และท่านใช้ภาษาง่าย ๆ เน้นให้คนฟังคนเข้าใจหลักธรรมให้ได้รับผลจริงเป็นหลัก เมื่อได้อ่านได้ศึกษา และได้ฟังธรรมของท่านก็จะปรากฏชัด

และครั้งนี้ก็เป็นครั้งที่สามแล้ว ที่ได้จัดพิมพ์หนังสือธรรมะขององค์หลวงพ่อ ตั้งแต่ท่านได้มรณภาพไป เนื้อหาก็คือ เผยแผ่ธรรมะคำสอนของหลวงพ่อ ที่ท่านแสดงบ้าง เขียนไว้บ้าง มาเป็นอนุสรณ์ที่ระลึกแจกเป็นธรรมทาน เพื่อธรรมคำสอนอันดีงามจะได้คงอยู่ และเน้นผู้อ่าน อ่านเข้าใจง่าย ปฏิบัติง่าย ได้ผลตามจริงตามที่ท่านได้แสดงไว้ และเป็นการบูชาธรรมคำสอนของท่าน ที่เป็นพ่อแม่ ครูบาอาจารย์ อันเป็นที่เคารพรักอย่างยิ่งของเหล่าศิษยานุศิษย์

ทั้งนี้ขอขอบคุณพระสงฆ์ครูบาอาจารย์ทุกรูป อ.ปริศนา ลิขิตายน คุณธรรมจักร คล้ายนิล พร้อมคณะผู้จัดทำรวบรวมเนื้อหา พร้อมทั้งดูแลในการทำหนังสือเล่มนี้ให้สำเร็จลุล่วงด้วยดีมาตลอด กับทั้งคณะศรัทธาสาธุชนทุกท่าน ที่ได้ร่วมบริจาคเงินในการจัดทำหนังสือในครั้งนี้ ทั้งส่วนต่างๆในหนังสือที่ทุกท่านได้มีส่วนร่วม มา ณ โอกาสนี้

พระมหาชูชาติ ตปสีโล (ส่งสุข)

กองทุนส่งสุขด้วยธรรมค้ำจุนโลก

วัดพุทธเมตตาบารมี เบรเมน เยอรมนี

# ปณิธานหลวงพ่อ

หลวงพ่อทองพูนอยู่กับหลวงปู่เทสก์ ๓ พรรษา ก็คิดว่าจะไปค้นหาทางดับทุกข์ ท่านได้ตั้งสัจจะไว้กับหลวงปู่เทสก์ว่า *" ถ้าหากธรรมะช่วยดับทุกข์ได้นี่ จะรับใช้พระพุทธศาสนาตลอดชีวิต แล้วก็ให้ได้ไปทุกหนทุกแห่ง "* และอธิษฐานขอพร จากหลวงปู่ว่า *" ธรรมใดหลวงปู่ได้แสดงให้ผู้คนเข้าใจได้ ก็ขอให้ผมได้แสดงธรรมของหลวงปู่ให้ผู้คนได้รู้ ให้ได้ตอบแทนบุญคุณของหลวงปู่ แม้แต่ผมได้เข้ามา ในตอนแรกผมก็มีความสุขแล้ว ผมขอตอบแทนในส่วนนี้ ผมขอตอบแทนคุณของแผ่นดินที่เราเกิดเป็นคนไทยอยู่บนแผ่นดินไทย "* ซึ่งเป็นสัจจะวาจาของหลวงพ่อ

ก่อนออกไปจาริกธุดงค์หลวงพ่อพร้อมทั้งพระภิกษุรวม ๖ รูป ไปขอฟังโอวาทจากหลวงปู่เทสก์ ท่านแนะว่า ถ้ำพระนาผักหนอก พระธุดงค์ไปภาวนาแล้วได้เป็นพระอรหันต์กันหลายองค์ ขอให้ปฏิบัติจริงๆ ด้วยศรัทธา มีความเด็ดเดี่ยวกล้าหาญก็เป็นเรื่องง่ายๆ เดินธุดงค์รองเท้าไม่ต้องใช้มันจะได้เห็นทุกข์ เมื่อถึงสถานที่แล้วขอให้ตั้งใจปฏิบัติจริงๆ พระภิกษุทุกรูปรับโอวาทแล้ว พระภิกษุ ๕ รูปกราบลาแล้วหลีกไป แต่หลวงพ่อทองพูนไม่ได้ตามออกไปด้วย ขณะนั้นหลวงปู่เทสก์นั่งบนเก้าอี้เท้าทั้งสองวางกับพื้น หลวงพ่อทองพูนขยับเข้ากราบที่เท้า จับเท้าทั้งสองมาวางบนศีรษะเพื่อเป็นสิริมงคล เป็นขวัญ

กำลังใจ กล่าวขอความเมตตาว่า “หลวงปู่ได้รู้ได้เห็นในธรรมนั้น ๆ ขอให้ผมได้เห็นธรรมนั้นด้วย ธรรมใดหลวงปู่สงเคราะห์ชาวโลก ขอผมมีโอกาสได้สงเคราะห์โลกด้วยครับ” และนี่ก็เป็นสาเหตุที่ทำให้หลวงพ่ออยู่ไม่เป็นที่จะไปให้ทั่ว ให้ครบทั้ง ๗๖ จังหวัด เพื่อเผยแผ่ธรรม เป็นไปดังพระพุทธโอวาทแห่งองค์สัมมาสัมพุทธเจ้าที่ตรัสว่า

“จรถ ภิกฺขเว จาริกํ พหุชนหิตาย....พหุชนสุขาย....โลกานุกมฺปาย อตฺถายหิตาย สุขาย เทวมนุสฺสานํ มา เกน เทฺว อคมิตฺถ เทเสถ ภิกฺขเว ธมฺมํอาทิกลฺยณํ มชฺเฌกลฺยาณํ ปริโยสานกลฺยาณํ สาตฺถํ สพฺยญฺชนํ เกวลปริปุณฺณํ ปริสุทฺธํ พฺรหฺมจริยํ ปกาเสถ”

“ภิกษุทั้งหลาย พวกเธอจงเที่ยวจาริก เพื่อประโยชน์และความสุขแก่ชนหมู่มาก เพื่ออนุเคราะห์โลก เพื่อประโยชน์เกื้อกูลและความสุขแก่ทวยเทพและมนุษย์ พวกเธออย่าได้ไปร่วมเดินทางเดียวกันสองรูป จงแสดงธรรม งามในเบื้องต้น งามในท่ามกลาง งามในที่สุด จงประกาศพรหมจรรย์ พร้อมทั้งอรรถ พร้อมทั้งพยัญชนะ ครบบริบูรณ์ บริสุทธิ์”

# สารบัญ

## ส่วนที่ ๑ งานเขียนจากหลวงพ่อ

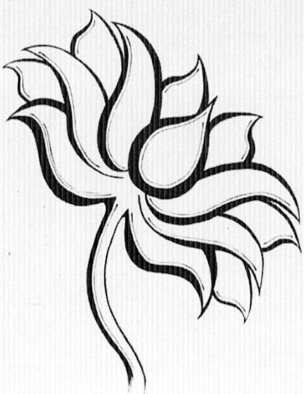


## ส่วนที่ ๒ พระธรรมเทศนา

## ส่วนที่ ๓ เรื่องเล่าจากศิษย์ถึงหลวงพ่อ



## ส่วนที่ ๔ บทสวดมนต์ที่หลวงพ่อทองพูน ให้ไว้เพื่อเป็นหลักเตือนใจ ให้ลูกศิษย์ปฏิบัติตาม



# ๗ วัน

# แรงบันดาลใจ บันดาลธรรม

การเจริญวิปัสสนากรรมฐานมีผลใน ๗ วัน เป็นแรงบันดาลใจให้เขียนหนังสือเล่มนี้ คำว่าเจ็ดวันบรรลุผลมันดลใจของผู้เขียนอย่างแรงกล้า เป็นพลังที่ท้าทายเร้าใจให้ปฏิบัติเพื่อพิสูจน์ความจริงให้ได้ด้วยใจที่มีศรัทธาไม่เกินร้อย คือ เต็มร้อยพอดีๆ ปีพุทธศักราช ๒๕๒๗ ผู้เขียนได้บวชเป็นนาคถือศีล ๘ นุ่งห่มผ้าขาวอยู่ภายในวัดหินหมากเป้ง บ้านไทยเจริญ ตำบลพุทธบาท อำเภอศรีเชียงใหม่ จังหวัดหนองคาย อยู่ในโอวาทของ หลวงปู่เทสก์ เทสรังสี ซึ่งขณะนั้นคนทั่วไปได้กล่าวขานองค์ท่านว่า เพชรน้ำเอกแห่งลุ่มแม่น้ำโขง เหนือสุดของอีสาน ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ

## ยังข้องใจว่าแรงอธิษฐานยังมีผลจริงหรือไม่

ผู้เขียนได้ประกาศปฏิญาณตนขอถึงพระไตรสรณคมน์ สมาทานศีลแปด นุ่งห่มผ้าขาวเรียกกันว่าได้บวชเป็นนาคแล้ว ค่ำวันนั้น หลังทำวัตรสวดมนต์ นั่งสมาธิ ฟังธรรมเทศนาจบแล้ว ก็แยกย้ายกันไปทำความเพียรต่อตามที่พักตน ผู้เขียนเข้าไปตั้งสัจอธิษฐานจิตต่อหน้าพระประธานว่า ข้าแต่พระองค์ผู้เจริญข้าพระพุทธเจ้าเบื่อความเป็นอยู่ในโลกเหลือเกินทำความดีก็ไม่ได้รับความเป็นธรรม มีเรื่องเครียดเดือดร้อนใจ เรื่องแล้วเรื่องเล่าไม่จบไม่สิ้น เรื่องเก่าผ่านไปเรื่องใหม่มาแทนที่เรื่องของตนเองในครอบครัว ญาติมิตร เพื่อนฝูงมากมายเต็มไปหมดพอกันทีสำหรับการใช้ชีวิตอยู่ในทางโลกมีแต่ทุกข์กับทุกข์

ข้า ฯ ขอมอบร่างกายพร้อมกับจิตใจให้กับพระพุทธศาสนาเป็นพุทธบูชาถ้าร่างกายและจิตใจดวงนี้จักเป็นประโยชน์ต่อพระพุทธศาสนาจงรักษาไว้เถิด ถ้ากายแลจิตดวงนี้จักไม่เป็นประโยชน์แล้วไซร้ ก็ขอให้ตายไปกับการปฏิบัติอย่าได้อยู่ทนทุกข์ทรมานใจอยู่ในโลกใบนี้อีกเลย ตั้งสัจอธิษฐานจิตแล้วก็ออกไปเดินจงกรมถึง ๐๓.๐๐ น กลับเข้าไปนั่งสมาธิในศาลา นั่งขาขวาทับขาซ้าย มือขวาทับมือซ้าย ขยับกายตั้งให้ตรง ๆ ดำรงสติไว้เฉพาะหน้า ใช้อานาปานสติ คือ กำหนดลมหายใจเข้า และ ลมหายใจออก ดูลมไหลเข้าก็รู้ว่าลมเข้า ดูลมไหลออกก็รู้ลมกำลังไหลออกมาง่ายๆสบายๆ ดูไปเรื่อยๆ เพลิดเพลินอยู่กับลมที่ไหลเข้า-ไหลออกจิตก็วางกองลมแล้วนิ่งอยู่ สติยังระลึกได้ สัมปชัญญะก็ยังรู้ตัวอยู่ลักษณะครึ่งหลับครึ่งตื่น หลับก็มิใช่ ยังรู้ตัวอยู่ จากนั้นตัวข้าพเจ้าได้ปรากฏไปเดินอยู่กลางทุ่งกว้างแห่งหนึ่ง

# ปาฏิหาริย์จากอุทกภัย

ขณะที่กำลังเดินลัดทุ่งนาอันกว้างใหญ่ มองไปทางซ้าย มองเห็นอุทกภัยน้ำป่าไหลหลากเหมือนคลื่นสึนามิซัดเข้ามาอย่างรวดเร็ว เอ่อท่วมขึ้นมาถึงปากของเราแล้ว ได้เกิดปริวิตกขึ้นในใจว่า ข้าแต่พระองค์ผู้เจริญข้าพระพุทธเจ้าเป็นผู้มีบุญวาสนาน้อย ไม่มีโอกาสได้รับใช้พระพุทธศาสนา เพราะอุทกภัยอันเชี่ยวกรากนี้ได้นำมรณภัยมากลืนกินชีวิตของข้าพระพุทธเจ้า ร่างกายของข้าพเจ้ายังจมอยู่ใต้น้ำช่วยตัวเองไม่ได้แล้ว

เกิดฉุกคิดขึ้นในใจว่า ถ้าจะตายข้าพระพุทธเจ้าขอถวายชีวิตไว้กับ **พุทโธ** พุทโธจะให้ชีวิตหรือจะเอาชีวิตข้าพระพุทธเจ้าก็ยินดี ขณะที่ลอยคอรอความตายได้แหงนหน้าขึ้นฟ้าพอได้หายใจ รอคลื่นยักษ์จะมากลืนชีวิต ข้าพเจ้าหลับตาไว้ใจก็นึกพุท เมื่อลมหายใจเข้า นึกโธเมื่อลมหายใจออกพุทโธ พุทโธ พุทโธไปสักครู่ใหญ่ ๆ เกิดเอะใจขึ้นมาได้ว่า ทำไมเกิดอะไรขึ้นเราถึงไม่จมน้ำตาย จึงลืมตาขึ้นมองดู ปรากฏว่าตัวของข้าพเจ้าได้ยืนอยู่บนพื้นผิวของน้ำ เหมือนอยู่กลางทะเลมองหาฝั่งไม่เจอ เห็นแต่พื้นน้ำจรดขอบฟ้า ข้าพเจ้าเดินไปบนผิวน้ำเหมือนเดินบนพื้นดินเดินไปไม่มีจุดหมาย เพราะมองไม่เห็นฝั่ง ไปพบหลังคาบ้านที่น้ำท่วมยังไม่มิดจึงเดินขึ้นไปยืนอยู่บนหลังคาบ้านนั้น แต่น้ำเชี่ยวกรากน่าหวาดกลัว

พุทโธได้ช่วยให้พ้นจากจมน้ำรอดชีวิตได้ แต่ก็มาติดอยู่ที่บนหลังคาบ้านอีก อนิจจากรรมอะไรของเรา ยังไม่ได้บวชเป็นพระก็จะมาจบชีวิตไปเสียก่อน สลดสังเวชชีวิตตนทอดอาลัย ใจนึก พุท พร้อมกับลมหายใจเข้า โธพร้อมกับลมหายใจออก พุทโธ ๆ ๆ ไปเรื่อย ๆ

## มีคนพายเรือมาช่วย

ทันใดนั้นมีชายวัยกลางคนพายเรือผ่านมาได้ตะโกนเรียกเขาขอไปด้วยขอไปด้วยคน เขาหันหัวเรือเข้ามารับทันที เมื่อก้าวลงไปนั่งบนหัวเรือเขาก็ออกเรือวิ่งทวนกระแสน้ำขึ้นไป ข้าพเจ้ามองเห็นไฟเหลืองอร่ามอยู่ด้านหน้า เมื่อเข้าใกล้จึงรู้ว่าเป็นโบสถ์ น้ำยังท่วมไม่ถึง มีเสียงสวดมนต์ดังก้องอยู่ในโบสถ์ หัวใจของข้าพเจ้าชุ่มชื่นกลับมาเหมือนต้นกล้าได้รับน้ำฝน บอกเขาจอดเรือขอลงตรงนี้ เขาเอาท้ายเรือที่เขานั่งเข้าเทียบท่า ข้าพเจ้าลุกขึ้นเดินถึงตรงกลางลำเรือ หยุดยืนถามเขาว่านี้วัดอะไร เขาตอบว่า วัดอรัญวาสี ตั้งอยู่บนยอดภูเขาแดนสุขาวดีสูงที่สุดน้ำจึงท่วมไม่ถึง เป็นวัดเก่าแก่สวยงามมีคนเคารพนับถือมาก

# คนเป็นผี

เขานั่งขวางไว้ไม่ยอมหลีกทางให้และยังเอาไม้พายมาวางขวางบนตักกันท่าไว้ ข้าพเจ้าพูดกับเขาว่า คุณกรุณาขยับให้ทางเดินหน่อย เขาตอบว่า นี่มันโบสถ์ร้างนะผีดุไม่กลัวหรือ ระวังผีมันหลอก ผีจริง ๆ ไม่มีหรือ จึงมีแต่ผีหลอก ๆ มันหลอกแบบไหน มันทำอย่างไร มันทำอย่างนี้ใส่กลัวไหม พูดจบตาของเขาก็แหกออกเป็นทางขวางทั้งสองข้าง จากหน้าผากลงมาถึงโหนกแก้มทั้งคู่ ลูกตาเหลือกถลนออกนอกเบ้าตา เขาถามว่ามันทำอย่างนี้ใส่กลัวไหม ตาของเราก็มีลูกตาของเราก็มีแต่มันปกติไม่เหลือกถลนน่าเกลียดอย่างนี้ เขาพูดต่อว่า ถ้ามันทำอย่างนี้ใส่ล่ะ เขาพูดจบ เขาใช้มือทั้งสองข้างเสียบเข้ากลางหน้าอก ดึงแยกฉีกขาดแหกอกออก มองเห็นตับไตไส้พุงหมดทุกขด เขาถามว่า มันทำอย่างนี้ จะกลัวไหม ตับไตไส้พุงของเราก็เต็มท้องของเราอยู่เราจะไปที่ใดๆ ตับไตของเราก็ตามไปทุกหนทุกแห่งก็ไม่เคยกลัวมัน ไส้ของเรากับไส้ของเขาก็เหมือนกันนั่นแหละไม่เห็นจะน่ากลัวอะไรตรงไหน

เขาถามว่าถ้าผีมันทำอย่างนี้ล่ะ เขาแลบลิ้นยื่นยาวออกมาถึงใบหน้าของเราที่ยืนอยู่กลางลำเรือ มันใช้ลิ้นเลียไปตามใบหน้าและลำตัวของเรา มันชักลิ้นเข้าปากของมันแล้วถามว่ากลัวไหม ลิ้นของเราก็มีแต่มันไม่ยาวเหมือนลิ้นของคุณ ถ้าไปกลัวลิ้นก็ไม่ต้อง

กินข้าวกัน เขาถามต่ออีก ถ้าอย่างนี้ล่ะ เขายื่นมือทั้งสองข้างยาวออกมาเหมือนกับมือแม่นาคพระโขนง ทำท่าจะบีบคอของเรา แต่เขาไม่ได้บีบ เขากำคอของเราไว้เบาๆ พลางพูด ออกมาว่าแกกลัวไหม กลัวทำไม มือของเราก็มี แขนของเราก็มี แต่มันไม่ยาวเหมือนแขนของแม่นาคพระโขนงเท่านั้น แขนกับมือมันก็ห้อยอยู่ในตัวเรา ทำงานก็ใช้แขนกับมือ กินข้าวก็ใช้แขนกับมือ ชีวิตอยู่ได้ก็เพราะแขนกับมือ ไม่ใช่เรื่องที่น่ากลัว สิ่งที่น่ากลัวคือ ไม่มีมือไม่มีแขน ถ้าถูกนำไปลงโทษด้วยการตัดมือหรือตัดแขนทิ้งทั้งสองข้าง นั่นแหละน่ากลัว แขนสั้นหรือแขนยาวก็คือแขน เท่านั้นเอง

## โครงกระดูกเพชฌฆาต

ผีแปลงร่างเป็นคนหลอกเราจนหมดกระบวนท่าจึงปล่อยให้ไป ข้าพเจ้าก้าวลงจากเรือเดินตรงไปที่ประตูโบสถ์ พ้นประตูเข้าไปภายในโบสถ์อนิจจา ไฟฟ้าดับ ที่สว่างไสวกลายเป็นความมืด มองไม่เห็นอะไรเลยใช้เท้าค่อยๆคลำเดินไปเหมือนคนตาบอดเดินคลำทางฉันใดก็ฉันนั้น ไปสะดุดล้มหัวขมำตีลังกานอน หงายท้องไม่เป็นท่า ได้ยินเสียงหัวเราะ ฮิ ฮิ ฮิ ฮิ ฮิ ข้าพเจ้าพยายามมองเห็นโครงกระดูกยืนคร่อมร่างข้าพเจ้าไว้ พยายามดิ้นก็ดิ้นไม่ได้เหมือนคนเป็นง่อยกระดุกกระดิกไม่ได้เลยอนิจจา หนีเสือปะจระเข้เข้าแล้วคิดในใจว่าเราคงเอาชีวิตไม่รอดแน่

# ดวงของเรามาถึงแค่นี้หรือ

มันค่อย ๆ ยื่นมือทั้งสองข้างที่มีแต่โครงกระดูกลงมาที่ลำคอของเรา มันค่อย ๆ บีบเข้า ๆ แน่นเข้า ๆ หวังให้เราตายช้าๆ ข้าพเจ้าหมดแรง ดิ้นก็ดิ้นไม่ได้ หายใจก็ไม่ออก อ่อนเปลี้ยไปทั้งตัว รอความตายอย่างเดียว ขณะนั้นได้มีความปริวิตกขึ้นในใจของข้าพเจ้าว่า ชีวิตเราได้มอบให้กับพระพุทธเจ้าแล้ว ถ้าเขาจะตายเขาก็เป็นของพระพุทธเจ้า ไม่ใช่ของเราแล้วกลัวทำไมเล่า เราขออยู่กับพุทก็แล้วกัน เรายังพอหายใจได้อยู่ จึงใช้สติประคองจิตให้นึก พุท พร้อมๆ ลมเข้า โธ พร้อมๆ กับลมหายใจที่ไหลออกมาทางจมูกประคับประคองไปเรื่อย ๆ สักครู่ใหญ่มีความฉุกคิดขึ้นมาว่า ทำไมผีมันไม่บีบคอให้เราตายล่ะ ลืมตาดูมันกำลังกุมมือบีบคอเราอย่างขะมักเขม้นเอาเป็นเอาตาย แต่ก็เอาชีวิตของเราไม่ได้ ข้าพเจ้าค่อย ๆ คู้ขาทั้งสองข้างเข้ามา แล้วถีบอย่างสุดแรงของข้าพเจ้า โครม.....

ท่านผู้อ่านที่เคารพ ข้าพเจ้าถีบด้วยเท้าของข้าพเจ้าจริงๆไปถูกเอาโต๊ะวางอาหารเสียงดังโครมกระเด็นลอยไปตั้งไกลรู้ไหม พอรู้สึกตัวขึ้นมาก็ถอนหายใจอยู่ครู่ใหญ่ ๆ ได้เกิดวิตกขึ้นทางใจ ว่าการปฏิบัติของเราตามนิมิตนี้ต้องสละชีวิตเพื่อธรรม ตามนิมิตที่บอกเป็นลางให้ ถ้ายังกลัวความตาย หรือเสียดายชีวิตอยู่ การปฏิบัติของเราจะเป็นหมัน เป็นโมฆะ ไม่มีผล เราต้อง ตัดสินใจเอง ลงมือปฏิบัติเองในธรรมอันไม่เนิ่นช้าของท่านผู้รู้แนะนำไว้ดีแล้ว จบนิมิต

# เจ็ดวันบันดาลธรรม

ข้าพเจ้าอุปสมบทวันที่ ๒๙ เดือนพฤศจิกายน พุทธศักราช ๒๕๒๗ เวลา ๑๑.๐๖ น. ณ อุโบสถวัดหินหมากเป้ง ต.พระพุทธบาท อ.ศรีเชียงใหม่ จ.หนองคาย พระอุปัชฌาย์หลวงปู่เหรียญ วรลาโภ (พระสุธรรมคณาจารย์) วัดอรัญบรรพต อาจารย์สอนกรรมฐาน หลวงปู่เทสก์ เทสรังสี (พระราชนิโรธรังสีคัมภีร์ ปัญญาวิศิษย์)

พระภิกษุ ๖ รูปไปขอฟังโอวาทจากหลวงปู่เทสก์ เพื่อจะออกจาริกธุดงค์ ท่านแนะว่าถ้ำพระนาผักหนอกพระธุดงค์ไปภาวนาได้เป็นพระอรหันต์กันหลายองค์ ขอให้ปฏิบัติจริง ๆ ด้วยศรัทธา มีความเด็ดเดี่ยวกล้าหาญก็เป็นเรื่องง่าย ๆ เดินธุดงค์รองเท้าไม่ต้องใช้มันจะได้เห็นทุกข์ ขอให้ตั้งใจปฏิบัติเมื่อถึงสถานที่แล้ว รับโอวาทพร้อมกันแล้ว พระ ๕ รูปกราบลาแล้วหลีกไป หลวงปู่ท่านนั่งบนเก้าอี้ เท้าทั้งสองวางกับพื้น เราขยับเข้ากราบที่เท้า จับเท้าทั้งสองมาวางบนศีรษะเพื่อให้เป็นสิริมงคล เป็นขวัญกำลังใจ ขอความเมตตา " หลวงปู่ได้รู้ ได้เห็นในธรรมนั้นๆ ขอให้ผมได้เห็นธรรมนั้นด้วย ธรรมใดหลวงปู่สงเคราะห์ชาวโลก ขอผมมีโอกาสได้สงเคราะห์โลกด้วยครับผม "

หลวงปู่แย้มออกมาว่า ถ้าปฏิบัติจริง ๆ ย่อมรู้ได้จริง ๆ ต้องเอาจริง ไม่ต้องสงสัยขอให้ตั้งใจทำจริง ๆ หลวงปู่ครับ ผมพระใหม่ ไม่มีวิชาป้องกันตัว ธุดงค์เข้าไปในป่าที่เต็มไปด้วยอันตรายนานาชนิด ผมขอวิชาป้องกันตัวด้วยครับผม หลวงปู่อมยิ้มพูดว่า **พุทโธ** สองคำนี้เป็นหัวใจพระคาถาทั้งหลายทั้งหมด **พุทโธ** เป็นยอดแห่งพระคาถา อสรพิษ สัตว์ดุร้าย ภูตผีปีศาจยักษ์มารทั้งหลาย ป้องกันได้ทั้งหมด แต่ต้องท่องไว้ในใจตลอดเวลา ยืน เดิน นั่ง นอน เว้นไว้แต่หลับ อานิสงส์มีมาก เช่นนอนหลับสบาย ไม่ฝันร้าย ตื่นก็สบายใจร่าเริง เทวดาก็คุ้มครอง ฝึกสมาธิ จิตสงบเร็ว สมาธิตั้งมั่นอยู่ได้นานเป็นทางแห่งปัญญา

## ตามหาแก่นแท้แห่งธรรม

ก่อนลุกออกไป ได้บอกท่านว่า ขอหลวงปู่เป็นพยานด้วยครับ **“ด้วยสัจจะวาจา ขอมอบกายถวายชีวิตที่เหลือเพื่อพระพุทธศาสนาทั้งหมด ขอรับใช้ไปตลอดชีวิต ธรรมใดที่หลวงปู่เผยแผ่ขอกระผมได้มีโอกาสทำหน้าที่เผยแผ่ธรรมนั้นด้วย”**

ออกเดินทางมุ่งหน้าสู่สนามนักพรต เดินตามถนนลูกรังไปตลอด เราเคยใส่รองเท้ามาตั้งแต่รู้ความ มาสละรองเท้าเดินไปตามถนนลูกรัง

มันเจ็บปวด เผ็ดร้อนบอกไม่ถูก เจ็บก็แสนจะเจ็บ ทั้งเจ็บทั้งร้อน หินลูกรัง ทำไมมันร้อนมาก เหมือนเดินลุยหลุมถ่านเพลิง ทำให้นึกถึงคำหลวงปู่ท่านว่า **ใส่รองเท้ามันไม่เห็นทุกข์** เกิดความรู้สึกในใจว่าเรากำลังเดินอยู่บนหินนรกชัด ๆ นึกถึงคำสอนของพุทธองค์ที่ว่า ผู้ใดเห็นทุกข์ ผู้นั้นเห็นธรรม แต่เราไม่เห็นธรรม เห็นแต่ความทรมานทรกรรม เห็นว่าเราตกนรกทั้งเป็น เหงื่อโชกทั้งตัว เดินไม่ทันเพื่อนเขาหรอก นี้คือครั้งหนึ่งในชีวิตที่ตกนรกหินลูกรัง



## นรกทะเลทราย

เพื่อนสหธรรมิกพักรออยู่ก่อนเดินทางขึ้นถ้ำพอเห็นหน้าเราตะโกนเร็วเพื่อน นอนรอหลายตื่นแล้ว อีก ๖ กิโลก็ถึงแล้ว ได้พักครู่หนึ่งก็ออกเดินทางต่อ คราวนี้ค่อยยังชั่วหน่อยทางเกวียนเป็นทรายล้วน ๆ สองฝั่งทางมีต้นไม้ใหญ่แผ่กิ่งคลุมถนนเป็นทิวยาวร่มรื่น เดินใต้ร่มไม้สบาย ๆ ทรายก็เย็นนิ่มไม่เจ็บเท้า ประหนึ่งว่าเทวดาได้ปูพรมไว้รองรับ ทำให้เดินเหินเพลิดเพลินไปบนถนนที่ปูลาดด้วยพรมฉันนั้น สบายได้ไม่นานก็ผ่านเงาไม้ไป รู้สึกว่าทรายที่แดดเผามาค่อนวัน มันไม่ร้อนธรรมดาแล้ว ยิ่งเดินก็ยิ่งทวีความร้อนมากขึ้น ร้อนจนจะทนไม่ไหวแล้ว เท้ามันระบมจึงร้อนผิดปกติ สองข้างทางมีหนามคลุมเต็มไปหมดหลีกไปทางใดก็ไม่ได้ มีแต่หนาม มีความวิตกทางใจขึ้นมาว่ามันร้อนเหมือนทรายที่เขาใส่ลงในกะทะที่ตั้งบนเตาถ่านไฟแดง ๆ สำหรับคั่วถั่วลิสงทั้งเปลือก สุกจนเปลือกไหม้ แล้วตักออกขาย เท้าของเราคงสุกจนเท้าเปื่อย เหมือนตีนไก่ต้มฟักเปื่อยแน่ ๆ เราตกนรกทะเลทราย ถ้าเท้ามันสุกเปื่อยหลุดออก ก็คงเหลือแต่กระดูกฝ่าเท้า เลือดคงไหลไม่หยุดจนถึงแก่ความตายแน่นอน

# ปาฏิหาริย์ พุทโธ มีจริง

ขึ้นจากถนนลูกรังได้แล้วมาตกนรกทะเลทรายยิ่งหนักเข้าไปอีกกรรมแท้ ๆ คิดว่าอีกไม่นานหนังฝ่าเท้าหลุดแน่ เลือดก็จะไหลหมดทั้งตัวตายตรงนี้แหละ ความปริวิตกทางจิตเกิดขึ้นมาว่าเราได้มอบกายถวายชีวิตแด่พระศาสนาแล้วตายก็ตายไม่ใช่ของเรา กลัวอะไร ตายดูซิ จะตายแบบไหน หวนไปนึกถึงคำพูดของหลวงปู่เทสก์ ว่าพุทโธ คือหัวใจของพระคาถาทั้งปวง จะคุ้มครองป้องกันเราได้หมดทุกสิ่งทุกอย่าง

ก้าวขาขวาก็พุท ก้าวขาซ้ายก็ โธ พุทโธ พุทโธ พุทโธ ไปตลอดเวลาเดินสักครู่ใหญ่ ปรากฏว่าเย็นวาบที่เท้า จากนั้นเท้าไม่มีความรู้สึกอะไรเลย

ได้ฉุกคิดขึ้นมาว่า เอาแล้วไง หนังเท้าเราหลุดออกจนได้ เพราะมันไม่มีความรู้สึกอะไร หนังมันหลุดออกหมดแล้วเหลือแต่กระดูกฝ่าเท้ามันจะรู้สึกได้อย่างไร ไม่กล้ามองดูที่เท้าของตัวเอง กลัวจะเห็นกระดูกฝ่าเท้า เห็นเลือดกำลังไหลเป็นทางไป กลัวช็อก จึงเมินหน้าไม่ยอมมอง คิดในใจว่าถ้าเลือดในกายหมด คงล้มลงเอง เท้าที่ไม่มีความรู้สึกว่าร้อน เพราะมันเหลือแต่กระดูกฝ่าเท้าแล้วมันจะมีความรู้สึกร้อนได้อย่างไร

เมื่อเดินผ่านทรายมหานรกไปแล้วก็หลบเข้าร่มไม้ที่ริมทางด้วย คิดว่าถ้าเลือดในกายหมด คงล้มลงกลางถนนแน่ ขอนั่งสมาธิตาย ใต้ร่มไม้ดีกว่าจะไม่น่าเกลียด วางบริขารลงแล้วหลับตานั่งสมาธิ เพราะไม่กล้ามองดูเท้าของตัวเอง กลัวจะเห็นภาพอุจาดบาดลูกตา จึงไม่กล้ามอง เอาขาขวาทับขาซ้าย มือขวาวางทับมือซ้ายตั้งกายไว้ให้ตรง ดำรงสติ ไว้เฉพาะหน้า นึกถึงพุทพร้อมกับลมไหลเข้าผ่านจมูก นึกถึงโธพร้อมกับลมที่ไหลออกมาจากจมูก มีสัมปชัญญะความรู้สึกตัวทั่วพร้อม มีสติระลึกขึ้นมาได้ว่า เรากำลังนั่งสมาธิรอความตายอยู่ รู้สึกสัมผัสทางหลังมือกับเท้าที่สัมผัสกัน มีความรู้สึกว่าเท้าของเราก็ยังมีหนังหุ้มอยู่ มันมิได้เหลือแต่กระดูกฝ่าเท้าอย่างที่คิด ขยับมือดูอีกครั้ง ใช่ยังปกติอยู่ จับดูอีกครั้งก็รู้ชัดว่า ยังมีหนังหุ้มอยู่เป็นปกติ เพื่อความแน่ใจ ลืมตาขึ้นมองดูจึงเห็นเท้าทั้งสอง มิได้หลุดหายไปในทรายนรกนั้น

ดังที่เรานึกคิด พุทโธ มีปาฏิหาริย์จริงไม่น่าจะเป็นไปได้ แต่ก็เป็นไปให้เห็นประจักษ์ชัดเจนแล้ว ต้องเชื่อเพราะประสบการณ์ที่เกิดกับตนเองจริง ๆ มิใช่นิมิต นี้คือพุทธานุภาพของพุทโธ พุทโธย่อมคุ้มครองผู้บริกรรมพุทโธ คำว่าธรรมย่อมคุ้มครองผู้ประพฤติธรรม พุทโธมีปาฏิหาริย์จริงหรือไม่ อย่างไร ขอท่านผู้มีปัญญาทั้งหลายจงใช้วิจารณญาณของท่านวิเคราะห์ดูเองเถิดจักเกิดปัญญาดังที่ได้อธิบายมาจากประสบการณ์จริงของผู้เขียน

# แรงอธิษฐานมีอยู่จริงหรือ

ข้าพเจ้าได้ที่บำเพ็ญที่ถ้ำสีทนลองดาบ ผู้มีอายุท่านเล่าว่าครั้งอดีต ท้าวสีทนตามหานางมโนราห์ไปเมืองภูเงินภูทองมาพำนักอยู่ที่ตรงนี้ ได้ลับดาบคู่ชีพคมกริบดีแล้ว คงจะปราบอริราชศัตรูได้อย่างสบาย จึงเงื้อดาบขึ้นฟันภูเขาขาดเป็นสองท่อน ล้มหงายลงไปสองทางยาว ๕๐ ก้าว เป็นทางจงกรมริมสุดเป็นกุฏิเล็กไว้ภาวนาหลังหนึ่งบันได ๓ ขั้น เข้าไปกางกลดจัดที่นั่งเอาไว้ทำวัตรเย็นแผ่เมตตาตั้งสัจจะอธิษฐานต่อหน้าพระพุทธรูปว่า ข้าพเจ้าขอตั้งสัจจะอธิษฐานจิตอุทิศตนให้กับพระพุทธศาสนาเพื่อศึกษาพระธรรม ขอมอบกายถวายชีวิตนี้ให้กับพระพุทธ พระธรรม และพระอริยสงฆ์ ผู้ทรงอภิญญาทรงฌานและวิมุตติ ๗ วันจากนี้เป็นต้นไป จักตั้งใจภาวนา เดินจงกรม ๖ ชั่วโมงขึ้นไป นั่งสมาธิ ๖ ชั่วโมงขึ้นไป ถือเนสัชชิกังคะ คือถือไม่นอนตลอด ๗ วัน ๗ คืน จะฉันข้าววันละ ๙ คำ คำละเท่าหัวแม่มือเท่านั้น จะภาวนาอยู่สามอิริยาบถ คือ ยืน เดิน นั่ง จะไม่นอนให้หลังแตะพื้นเป็นอันขาดภายใน ๗ วัน ๗ คืน เวลาทำความเพียร ๕ โมงเย็น ถึง ๕ ทุ่ม ห้าทุ่มถึงตีห้า กลางวันทำสลับกันไปตามความเหมาะสม ไม่คลุกคลีด้วย หมู่คณะลงสนามทำความเพียรเต็มอัตราศึก สนามรบคือกาย เวทนา จิต และธรรม

## สตาร์ทเครื่องเข้าเกียร์เดินหน้า

๕ โมงเย็นลงสู่ทางเดินจงกรม พนมมืออธิษฐานว่า **“ ๖ ชั่วโมงต่อแต่นี้ไป ข้าพเจ้าจะเดินจงกรมภาวนาบูชาพระพุทธ พระธรรมและพระสงฆ์ มารดา บิดา ครูอุปัชฌาย์อาจารย์ และผู้มีอุปการะคุณทุกท่าน ขอให้จิตของข้าพเจ้าสงบเยือกเย็นเป็นสมาธิมีสติสัมปชัญญะในการภาวนา มีปัญญารู้แจ้งแทงตลอดในสัจธรรมคำสอนของพระพุทธองค์ จงทุกประการด้วยเทอญ ”** ทุกครั้ง ท่ายืน เดิน นั่ง ภาวนา ต้องอธิษฐานก่อนทุกครั้งก่อนภาวนา เวลาหมุนตัวไปแสงสว่างค่อย ๆ จางลง ๆ ความมืดค่อย ๆ มืดขึ้นๆ ก็กลืนแสงสว่างไปจนหมดเหลือเอาไว้แต่ความมืดที่เหลือทิ้งเอาไว้ให้เราต้องขอแสงสว่างจากเทียนนำเทียนมาจุดไว้ทั้งสองข้างทางเดินจงกรม แสงเทียนเหลืองอร่ามเป็นทิวแถวยาวตามทางเหมือนไฟเหลืองบนทางด่วนโทลเวย์ ดอนเมือง โดยคิดในใจว่าเมื่อเราจุดเทียนให้สว่างไว้ สัตว์เลื้อยคลานที่มีเท้าและไม่มีเท้า และสัตว์สี่เท้า เช่น เสือ ช้าง หมาจิ้งจอก หมาใน สัตว์จำพวกที่ดุร้ายทั้งหลายกลัวไฟจะไม่เข้ามาหา เดินจงกรมไปจนดึกก็ไม่เห็นสัตว์ผ่านมาแม้แต่ตัวเดียว ชมตนเองอยู่ในใจแสดงว่าความคิดของเราได้ผล เทียนบางเล่มยังไม่ดับ แต่อีกหลายเล่มดับไปแล้วแต่โชคเข้าข้าง ได้แสงสว่างนวลจ้า จากพระจันทร์ที่โผล่บนยอดเขาขึ้นมา ไม่จุดเทียนแสง

พระจันทร์ก็สว่างพอ พระจันทร์ฉายแสงลงมาเข้าบรรยากาศอันเงียบสงัด ทำให้เพลิดเพลินในการเดินจงกรม แบบขวาพุทซ้ายโธ กลับไปกลับมา กลับไปกลับมา กลับไปกลับมา ทำให้เกิดความปีติปราโมทย์ เบากาย เบาจิต เป็นสุข มันเป็นความสุขที่เราไม่เคยมีมาก่อน เป็นสุขที่สงบเย็นแสนจะเย็นแสนจะเบาสบาย สบายแสนสบาย กำลังเพลิดเพลินอยู่กับความเบาสบายอยู่นั้น หูก็แว่วเหมือนมีเสียงเดิน เสียงอะไรเดิน เสียงมันกำลังเดินอยู่บนเขา หยุดฟังซิ กำลังเงี่ยหูฟังอยู่ก็รู้ชัดว่าเป็นเสียงเดินจริงๆ ขณะจ้องอยู่นั้นได้ยินเสียงหัวใจของเราเต้นแรงผิดปกติ เหมือนเสียงตีกลองตึ๋ง ๆ ตึ๋ง ๆ ตึ๋ง ๆ ตึ๋ง ๆ ใจจดใจจ่อ ใจหายใจคว่ำ ขนลุกขนพองสยองเกล้า คลำที่ตัวของเราเหมือนหนังคางคก ตุ๊กแก มันชาไปทั้งตัว ตาก็จ้องมองตรงไปที่เสียงเดินนั้น หูได้ยินเสียงร้องดังขึ้น ม๊าวอู้ ๆ ตกใจมาก เพราะตื่นเสียงนั้น ตาก็มองเห็นมันวิ่งกระโจนพุ่งตรงมาใส่เราอย่างรวดเร็ว มองเห็นได้ชัดเจน เพราะแสงเดือนมันส่องสว่าง มือทั้งสองกำกระบอกไฟฉายไว้แน่น ปากก็ตะโกนว่า เสือมาแล้ว ๆ ๆ ร้องเสียงหลง ร้องไม่เป็นเสียงผู้เสียงคน เป็นเสียงหลงเสียงไหล จับใจความไม่ได้แล้ว มันโดดฉับลงตรงหน้าเหมือนหนึ่งว่ามันจะกระโดดเข้ามางับคอของเรา มือเรากดสวิตซ์แสงไฟพุ่งปราดเข้าใส่มัน ปากตะโกนใส่มันว่ามึงจะสู้กับไฟฉายกูหรือ.....สู้ไฟฉายหรือ.....เห็นมันแน่นิ่งไม่ กระดุกกระดิกเลย ใจก็คิดขึ้นมาว่า หรือว่าเสือมันวิ่งพลัดตกเขาคอหักตาย ตั้งสติไว้มั่น ดูให้เต็มตาว่าเป็นอะไรแน่ ตั้งใจ

ดูก็รู้ว่าเป็นหิน ก้อนใหญ่มาก เราถอนหายใจยาวพลางพูดออกมาว่า ค่อยยังชั่วหน่อยเกือบหัวใจวายตายแล้วไหมล่ะ แล้วนั่งลงบนหินก้อนนั้นรำพึงในใจว่า เสียงที่เราได้ยินนั้นเป็นเสียงแมวมันไล่กวดกันวิ่งไปเหยียบหินก้อนนี้ร่วงลงมา ความจริงควรจะเป็นเช่นนั้น มีความวิตกทางใจว่า ถ้าเสือมันแปลงร่างเป็นหินล่ะ ถ้าคืนร่างเป็นเสือเหมือนเดิมเราก็เสร็จมันซิ แล้วลุกขึ้นหันไปพูดกับก้อนหินว่า เจ้าเป็นหินดีแล้วถ้าคืนร่างมาเป็นเสือเจ้าก็จะกินพระเป็นอาหาร ถ้าเคยมีเวรมีกรรมต่อกันขอให้อโหสิกรรมเลิกแล้วต่อกัน ถ้าไม่ใช่คู่เวรก็อย่าได้สร้างเวรสร้างกรรมต่อกันเลย ขอให้ทำแต่กรรมดีๆ ไว้เถิด

๖ ชั่วโมงผ่านไปได้เวลาต้องไปนั่งสมาธิแล้ว ขณะมาถึงบันไดมีความกังวลว่าถ้าเสือตามมาจะทำอย่างไร ตกใจกลัวขึ้นมาอีกต้องเดินถอยหลังขึ้นบันได ฉายไฟส่องดูถ้ามาก็จะมองเห็น ถอยหลังเข้าประตูได้รีบปิดประตูลงกลอน แต่ลงกลอนก็ไม่ได้ เพราะประตูตกต้องออกแรงยกจึงเข้าได้ ประตูเจ้ากรรมเป็นรูโบ๋ใหญ่ พลางคิดไปว่าถ้ามันยื่นมือเข้ามากำคอจะรอดไหม ต้องรีบเอามุ้งกลดลงเหน็บชายมุ้งเข้าใต้เสื่อโดยรอบ พื้นกระดานก็เป็นรูใหญ่มาก ถ้ามันมาด้อมๆ มองๆ อยู่ใต้ถุนก็เป็นเรื่องอีกต้องคอยระแวดระวังทางประตูและรูพื้น

## เข้าสู่สงครามทางจิต

นักรบขี้กลัวแบบนี้ ชาวบ้านเรียกว่า กลัวจนขี้วิ่งขึ้นสมอง คงเป็นแบบนี้กลัวแต่กล้าไม่ใช่กล้าๆ กลัวๆ ท้อแต่ไม่ถอย มีสิทธิ์ท้อแต่ไม่มีสิทธิ์ถอย สู้ต่อไป ได้เวลานั่งสมาธิตามแบบฉบับนั่งคู้บัลลังก์ ขาขวาทับขาซ้าย มือขวาทับมือซ้าย ตั้งกายไว้ให้ตรง ดำรงสติไว้เฉพาะหน้า สติจับพุทโธมาจ่อไว้ที่ปลายจมูกสูดลมเข้าว่า พุท ปล่อยลมออกว่าโธ พูดสั้น ๆ ว่า หายใจเข้าพุท หายใจออกโธ ไม่ว่าจะยืน จะเดิน จะนั่ง จะนอน ก็สามารถทำได้ทั้งนั้น นี้คือ บริกรรมภาวนา พุทคือบุญ โธคือบุญ จะเกิดเป็นบุญทุกลมหายใจเข้าและลมหายใจออก หรือจะเรียกว่า เป็นการสั่งสมอาวุธทางปัญญา หรือสร้างปัญญาวุฒิ เพื่อลงสนามรบ ขั้นวิปัสสนากรรมฐานขั้นต่อไป

ขณะนั่งอยู่นั้นจิตของข้าพเจ้ายังตกอยู่ในความหวาดระแวงอย่างแรงกล้า ที่มันระแวงมากที่สุดคือ ช่องโบ๋ของพื้นกระดานและประตูไม่รู้ว่ามือประหลาดจะเข้ามาทางพื้น หรือจะเข้ามาทางประตู จะเข้ามาถึงตัวเราเมื่อไร เมื่อจิตคอยระวังจดจ่ออยู่อย่างนั้น แต่ความรู้สึกนั้นหายไป หายเงียบไม่รับรู้ใดๆ ทั้งสิ้นว่างจากความนึกคิดโดยประการทั้งปวง เหมือนคนนอนหลับแล้วไม่ฝัน ธรรมดาคนนอนหลับ ถ้าเขาฝันเห็นอะไร ตื่นขึ้นมาเขาจะเล่าความฝันเป็นตุเป็นตะ ถ้าเขาหลับสนิทแต่เขาไม่ฝันอะไรเลยก็ไม่รู้จะเล่าอะไรนี้เป็นคำตอบ

## ในการปฏิบัตินั้นมีคำตอบ

ข้าพเจ้ามีสติอีกครั้ง เกิดความรู้สึกทางใจแปลกๆคล้ายๆเราอยู่ในอาการครึ่งหลับครึ่งตื่นอย่างนั้นแหละแต่มันรู้สึกสดชื่นกระปรี้กระเปร่าสบายไม่ง่วงไม่ซึม เบากายเบาใจไม่ได้มีความกังวลใด ๆ ทั้งสิ้น มีความสุขทางจิต เป็นสุขที่ประณีต เป็นความสุขที่ไม่เคยมีมาก่อนเป็นความสุดสดชื่นแจ่มใสเป็นสุขที่ประทับใจอย่างยิ่ง ส่องไฟดูนาฬิกาอีก ๕ นาทีก็ตี ๕ แสดงว่าเรานั่งนานถึง ๖ ชั่วโมง ดูเหมือนพักเดียวเท่านั้น อันนี้เป็นความรู้สึกเกิดขึ้นทางใจ ตื่นก่อนเวลาไม่ให้นาฬิกามาคอยปลุก ออกไปบิณฑบาตกลับมาฉันข้าว ๙ คำ ตามตำราพระกรรมฐานที่ท่านสอนว่า กินน้อย พูดน้อย นอนน้อย คลุกคลีน้อย ทำความเพียรให้มาก

## คำตอบจากการปฏิบัติ

ข้าพเจ้ากำลังพิสูจน์ว่าเจริญสติปัฏฐาน ๔ ประการ ๗ วัน มีผลจริงหรือไม่ การลงมือปฏิบัติจริงๆคือพิสูจน์ด้วยความจริง ในการปฏิบัตินั้นมีคำตอบให้มีในตัวของการปฏิบัตินั้นเองจะมีผลมากหรือน้อยต้องผ่าน ๗ วันจึงจะมีคำตอบ ข้าพเจ้าโชคดีมีบุญช่วย

ก้าวลงสู่สถานที่ปฏิบัติธรรมเข้าสู่สนามรบได้พบ ๓ อาจารย์ ที่คอยสอนกรรมฐานทั้ง ๓ ท่าน มีลีลาในการสอนที่เร้าใจ สอนได้ตื่นเต้นชัดเจนดี สอนให้มองเห็นแจ่มแจ้ง สอนอาจหาญแกล้วกล้า สอนให้สุขใจร่าเริงเพลิดเพลินและเร้าใจ ๓ อาจารย์ผู้ทรงคุณก็คือ ๑. อาจารย์แมวไล่กวดกัน ๒. อาจารย์หินก้อนโต ๓. อาจารย์เสือโคร่ง ทั้ง ๓ อาจารย์สอนให้ตื่นเต้นตกใจ สอนให้อกสั่นขวัญแขวนกลัวๆ กล้าๆ นั่งสมาธิจิตสงบได้เร็ว สมาธิตั้งอยู่ได้นาน ไม่ธรรมดา ๆ คือคำตอบ ทำให้นึกถึงคำสอนของพระบรมศาสดา ที่อนุเคราะห์ชาวโลกว่า

" ดูกรผู้ใคร่ในธรรมทั้งหลาย ตถาคตตำหนิการปฏิบัติที่เนิ่นช้า เราสรรเสริญ การปฏิบัติที่ไม่ทำให้เนิ่นช้า ผู้ใคร่ในการปฏิบัติเพื่อออกจากทุกข์ทั้งหลาย นั่นโคนไม้ นั่นหินแยก นั่นจะงอยผา นั่นป่าช้า นั่นเรือนว่าง นั่นล้อมฟาง นั่นกลางแจ้ง นั่นถ้ำ เป็นไม่ผู้ประมาท เพียรเผากิเลสให้เร่าร้อนทั้งกลางวันกลางคืน มีสัมปชัญญะ มีสติ เธอจงพิจารณาเห็นกายในกาย ภายในกาย ภายนอกกาย เธอจงพิจารณาเห็นเวทนาในเวทนา ภายนอกเวทนาทั้งภายในภายนอก เธอจงพิจารณาเห็นธรรมในธรรม ทั้งภายในภายนอกธรรม บำเพ็ญเพียรภาวนา มีสัมปชัญญะ มีสติ พึงกำจัดอวิชชา และโทมนัสในจิตใจออกเสียได้ ผู้เจริญสติปัฏฐาน ๔ เหล่านี้ โดย ๓ อย่างนี้ เมื่อนั้นเธอพึงหวังความเจริญในกุศลธรรมทั้งหลาย อย่างเดียวตลอดคืนและวันอันจักมาถึงไม่มีความเสื่อมเลยดังนี้ "

สิทธิมนุษยชนคนทั้งโลก ทุกคนมีสิทธิ์อ่านหนังสือธรรมะทุกคน ทุกคนก็มีสิทธิ์ ที่จะคิดฝัน แต่ความฝันอะไรหรือคือความฝันอันสูงสุดของทุกคน เป้าหมายอันสูงสุด ที่เราอยากได้คืออะไร เคยวางไว้แค่ไหนเคยคิดหรือไม่จะทำให้ความฝันเป็นจริงหรือยินดีเพียงความฝันลม ๆ แล้ง อยู่เท่านั้น เคยคาดคิดเคยตั้งใจหรือไม่ว่าเราต้องทำ เราต้องรีบลงมือปฏิบัติ เราต้องเดิน เราต้องคิด เราต้องทำให้ถึงที่ที่ตนเองฝันนั้น

## เข้าสู่วันที่ ๒ กลางวัน

เช้าออกรับบิณฑบาตในหมู่บ้าน ไปกลับ ๑๒ กม. ฉันหนเดียวในบาตรวันละ ๙ คำ โดยทำคำข้าวไว้ในบาตร ๙ คำ คำละเท่าหัวแม่มือกับข้าวเล็กน้อยพออยู่ได้ ไม่เดือดร้อน พอให้กายไม่ลำบากในการเพียรภาวนา จะฉันอย่างนี้ไปตลอดทั้ง ๗ วัน ฉันภัตตาหารเสร็จทำความสะอาดบริขารเก็บเข้าที่ เข้าเส้นทางเดินจงกรม ยืนทำสมาธิ เดินทำสมาธิ นั่งทำสมาธิ สลับไปสลับมาจนถึง ๕ โมงเย็น นี่คือภาคกลางวัน คำตอบคือได้ยืนทำสมาธิ ได้เดินจงกรมทำสมาธิ ได้นั่งสมาธิ ทั้งวัน อยู่กับพุทโธไปตลอด ทั้งวัน นี่คือคำตอบ

## เข้าสู่วันที่ ๒ กลางคืน

๕ โมงเย็นก็จะไปพักที่ ๕ ทุ่ม โดยตั้งเวลาเอาไว้ ถ้านาฬิกาบอกเวลาก็พักแต่จะไม่มาดูนาฬิการอฟังเสียงนาฬิกาดังเป็นสัญญาณหมดเวลาเดินจงกรมก็หยุดขณะที่ข้าพเจ้าเดินจงกรมกลับไปกลับมาอยู่นั้นมีหนอนตัวหนึ่งตกจากยอดไม้ลงมาถึงพื้นดิน

ตัวหนอนภาคอีสานเรียก แมงบ้ง หรือตัวบุ้ง มันก็ตะเกียกตะกายขึ้นตามสายใยของมัน เราเดินจงกรมผ่านไปผ่านมาเห็นมันมีความพยายามมาก ขยับขึ้นไปทีละนิด ๆ ตามสายใยของมัน เราเดินผ่านไปมาหลายรอบ เห็นมันขยับสูงขึ้นไป ๆ จนไปถึงยอดไม้จนได้ จากพื้นไปถึงยอดไม้ ๔ เมตรโดยประมาณมันทำได้สำเร็จน่าทึ่ง

ข้าพเจ้ามีความรู้สึกว่า นี่เป็นเทวดาแปลงร่างมาสอนเราอย่างแน่นอน เห็นความเพียรพยายามของเขาพบกับความสำเร็จมันเป็นอุทาหรณ์สอนใจของเราว่า แม้เขาจะเป็นสัตว์เดรัจฉานแท้ ๆ แต่มีความเพียรพยายามชักใยขึ้นสูงถึง ๔ เมตร จนพบกับความสำเร็จได้ เราเป็นคนแท้ ๆ จะไม่ให้ปัญญาเกินสัตว์ดอกหรือถ้าเราทำไม่ได้ก็อายสัตว์มันบ้าง จงถือเอาตัวบุ้ง ตัวหนอนเป็นครูอาจารย์ ถือว่าเขามาสอนให้เรามองเห็นว่า ความพยายามอยู่ที่ไหนความสำเร็จอยู่ที่นั่น ไม่ว่าคนหรือสัตว์ จักกระทำสิ่งใด ๆ แล้วด้วยความ

เพียรพยายาม ย่อมพบกับความสำเร็จเหมือนกัน จึงคิดว่าสัตว์เดรัจฉาน ยังช่วยตัวเองได้ เรามันคนแท้ ๆ แถมยังเป็นพระอีก ทำไมจะทำไม่ได้ เราต้องทำได้ ต้องทำให้ได้

ได้นึกถึงพุทธภาษิตที่ว่า “วิริเยน ทุกฺขมจฺเจติ” แปลความว่า บุคคลล่วงทุกข์ได้ เพราะมีความเพียรพยายาม ไม่ว่าจะเป็นหน้าที่การงานทางโลก หรือทางธรรม ย่อมสำเร็จได้ทุกอย่าง เพราะความเพียรพยายาม มีครูสอนเป็นตัวหนอนหรือตัวบุ้ง (แมงบ้ง)

ข้าพเจ้าได้หนอนใบไม้เป็นครูสอนกรรมฐานแบบธรรมชาติ ผู้มีความเพียรเป็นเลิศ คิดดูให้ดีเถิดว่าจากพื้นดินไปถึงยอดไม้ สูงถึง ๔ เมตร ตัวบุ้งโหนใยตัวเองขึ้นไปถึงจนได้ เพราะความเพียร พระบรมศาสดาได้ตรัสเอาไว้ว่า ความเพียร ๔ ประการ คือหัวใจแห่งความสำเร็จ

**ความเพียร ๔ ประการ คือ อิทธิบาท ๔ ได้แก่**

- ฉันทะ คือความพอใจในหน้าที่ในการงานที่ตนทำ แม้ในทางโลกและทางธรรม

- วิริยะ คือความขยันหมั่นเพียร เพียรพยายามให้สุดความสามารถให้เสร็จ

- จิตตะ คือความเอาใจใส่ในงานนั้นจิตใจจดจ่อในสิ่งที่ตนเองทำอยู่

- วิมังสา คือความไม่ประมาทคอยสำรวจตรวจตรา ว่าเรียบร้อยถูกต้องหรือไม่

ความเพียร ๔ ประการนี้ บุคคลใดทำให้เกิดให้มีขึ้นในจิตใจของตนเองได้แล้ว ย่อมทำการงานในหน้าที่ของตนให้สำเร็จได้ตามประสงค์ จริง ๆ แล้วความเพียรทั้ง ๔ ประการนี้มีอยู่ในจิตใจของคนทุก ๆ คน แต่มันไม่มีพลังที่เข้มแข็ง เพราะขาดการอ่านการฟัง การศึกษาหาความรู้ การเข้าใจที่ชัดเจน ความเพียรทั้ง ๔ ประการนี้จึงมีพลัง ที่อ่อนแอ ไม่มีอำนาจ งานทุกอย่างจึงมีทั้งสำเร็จทั้งความล้มเหลว ลุ่มๆ ดอนๆ

ขณะเดินจงกรมไปมาอยู่นั้น ราหูยักษ์กำลังกลืนกินแสงสว่าง กลืนเข้าไป ๆ จนแสงสว่างได้หายไปหมด ทิ้งไว้แต่ความมืดและความเงียบสงัด แสงสว่างหายเข้าไปในความมืด เหมือนงูกินเขียด กลืนเข้าไป ๆ ผลสุดท้ายก็หายเข้าไปในท้องงูหมดทั้งตัว ทิ้งไว้แต่ความมืดอันเงียบสงัด และความวิเวกวังเวง ทำให้เกิดความชอบใจและความหวาดกลัวขึ้นในใจ ทันใดนั้นได้มองเห็นคล้าย ๆ ดวงไฟ พุ่งออกจากภูเขาอีกลูกหนึ่งตรงมาเท่าหลอดไฟตุมกาสว่างวาบ วาบ วาบ นึกในใจว่าคงเป็นแก้วเสด็จ หรือพระธาตุเสด็จกำลังพุ่งตรงมาหาเรา ถ้าเป็นแก้วหรือพระธาตุเสด็จมาจะถือว่าบุญเก่าของเรา ขอน้อมรับไว้บูชา

ความคิดมุมกลับก็โผล่ขึ้นมาว่า ถ้ามันเป็นผีกระสือที่ออกหากินตอนหัวค่ำแล้วเราจะสู้กับมันอย่างไร ผีกระสือไม่มีดอกใครบอกว่ามี ก็คุณแม่นั่นแหละบอกว่ามี ตอนเป็นเด็กเราไม่ยอมนอน แม่บอกว่าผีกระสือมันชอบออกหากินตอนหัวค่ำ ถ้าเด็กคนไหนนอนไม่หลับตา ผีกระสือจะมาล้วงกินตับกินปอดตาย แล้วเห็นผีกระสือไหมล่ะ จะเห็นอย่างไร ก็หลับตาไว้แล้ว เราเคยเห็นไหมล่ะ เคยเห็นในทีวีโธ่เอ๋ยนั่นเขาสร้างขึ้นมา ถ้าเขาไม่เห็นผีกระสือแล้วเขาจะสร้างผีกระสือได้อย่างไร เขาก็จินตนาการเอาเองได้ เคยเห็นไหมเขาสร้างบ้านทรงนั้นทรงนี้ออกมา พอที่ไม่มีก็คือไม่มี ความคิดเหมือนมีคนสองคนพูดคุยกันอย่างนั้นแหละ

## รบกับพระยาจิตราชจอมลวง

แสงผีกระสือ คือ แสงหิ่งห้อยมันก็แสงเล็ก ๆ แวบ ๆ แค่นั้นเอง เพราะความกลัวจิตมันจึงปรุงแต่ง ทำให้มองเห็นเป็นแสงใหญ่น่าหวาดกลัวมากๆ เรื่องหิ่งห้อยจบลงไป คิดเรื่องช้างใหญ่ขึ้นมาอีกว่าถ้าช้างใหญ่มันออกหากิน เดินผ่านมาทางที่เราอยู่ เราจะสู้กับช้างได้อย่างไร เราพูดกับช้างไม่เป็นเหมือนหลวงปู่มั่น มันเอาเราตายแน่ ในเมื่อเรามอบกายถวายชีวิตให้ศาสนาแล้วกลัวตายทำไม ร่างกายตนนี้มันเกิดขึ้นมา เพื่อรอวันตายเท่านั้นเอง จะตายช้าตายเร็ว

ก็ต้องตายอยู่ดี ตอนนี้ยังไม่อยากตาย ถ้าจะตายก็ขอให้ได้เห็นธรรมก่อน ก็ไม่ว่า นั้นก็จริงอยู่ จะมีอะไรที่ได้ตามที่เราต้องการ ถ้าศาสนาเห็นว่ากายที่มอบให้นี้มันยังมีประโยชน์อยู่บ้าง จงรักษาไว้เถิด ถ้าเห็นว่ามันเปล่าประโยชน์ก็ให้ช้างมาเอาชีวิตเราไปเถิด อย่าได้อยู่แบกทุกข์บนโลกใบนี้ต่อไปอีกเลย เมื่อเราไม่กลัวความตายแล้ว มัจจุราชก็สั่งกองทัพความกลัวให้ล่าถอยยกทัพกลับ หายวับไปไม่ทิ้งไว้แม้แต่ร่องรอยแห่งความกลัวสักนิด

## ๕ ทุ่มได้เวลานั่งสมาธิคนเดียวเดี่ยวโดด

นั่งคู้บัลลังก์วางขาขวาทับขาซ้าย มือขวาทับมือซ้าย ตั้งกายไว้ให้ตรง ดำรงสติไว้เฉพาะหน้า หลับตาลงเบาๆ สบายๆ ไม่กดหนังตาตั้งสติไว้ที่ปลายจมูก มีสัมปชัญญะ ระลึกรู้ ลมไหลเข้าไหลออก เหมือนเราดูเลื่อยตัดไม้ เราดูที่ไม้ เลื่อยมันจะเข้ามันจะออก เราไม่ตามดูเลื่อย แต่ดูเฉพาะไม้ ตรงที่เราตัดเท่านั้น ว่ามันไปตามเส้นที่ขีดไหม การใช้สติดูที่ปลายจมูก ก็เช่นเดียวกับการดูเลื่อยตัดไม้ ส่วนลมมันจะไหลเข้าไหลออก ไม่ต้องตามดูลม ดูเฉพาะปลายจมูกจุดเดียวก็พอ แต่บางคนชอบตามลมเข้าลมออก ก็ได้เช่นกัน ไม่ผิด

ขณะดูลมเข้าออกอยู่ครู่หนึ่งได้เกิดความรู้สึกว่าลมหายใจไม่มี เอะใจว่าเราจะตายหรือเปล่า เอ้อ ตายก็ตาย จะตายแบบไหน ตายให้ดูหน่อยซิเท่านั้นแหละ อาการเหมือนเราตกลงจากหน้าผาอันสูงชัน ลอยละลิ่วลง ถ้ากระแทกพื้นเมื่อไรคงตายแน่ๆ ปรากฏว่าหายเงียบไปไม่ถูกอะไร แต่ปรากฏว่าตัวของเรายืนอยู่ในทะเลโคลนกลางหุบเขาแห่งหนึ่ง จึงรีบเดินตะเกียกตะกายเข้าหาฝั่ง เมื่อเข้าถึงฝั่งแล้วได้กวาดสายตาดูรอบ ๆ มีความรู้สึกว่ามันกว้างโยชน์ ยาวโยชน์สูงก็โยชน์เช่นกัน แต่โชคดีที่ไม่ใช่โคลนดูด ยังเดินเข้าฝั่งได้ มันเหมือนคนขุดบ่อน้ำที่เป็นดิน แต่นี่มันเป็นหินล้วนๆ สูง ก็สูงเป็นโยชน์ จะขึ้นได้อย่างไร ในขณะนั้น ได้เกิดปริวิตกทางใจขึ้นมาว่า ถ้าปีนขึ้นไปตามขอบบ่อ เผลอพลัดตกลงมาก็ตายเช่นกัน เอาล่ะเราจะไม่รอความตายอยู่ก้นบ่อนี้ เราจะอยู่ในทะเลโคลนก็ต้องตาย ปีนป่ายพลัดตกลงมาก็ต้องตาย แต่เราปีนป่ายขึ้นไปก็ยังมีโอกาสรอดตายได้ ตัดสินใจหาทางขึ้นค่อย ๆ เกาะตามปุ่มหินปีนป่ายตะเกียกตะกายไปจนถึงขอบบ่อ ใช้มือคลำหาที่เกาะไม่มีมันราบเรียบ ไม่มีที่เกาะ นึกอยู่ในใจว่า ถ้าร่วงลงไปก็ตายสถานเดียวก็ฉุกคิดขึ้นมาว่า ถ้าถึงคราวจะต้องตาย ก็ขอตายพร้อมกับนึกพุทโธก็แล้วกัน หายใจเข้าก็พุท หายใจออกก็โธ พุท...โธ พุท...โธไป มือก็คลำหาที่เกาะไปเจอปุ่มหินเกาะไว้ได้ทั้งสองมือ ตัวของเรายังแขวนห้อยโตงเตงอยู่ตั้งสติไว้ดีแล้วสูดลมหายใจเข้ายาว ๆ พร้อมกับนึกพุท ปล่อยลมหายใจออกยาว ๆ ว่า โธ ลมหายใจเข้าว่าธรรม

ลมหายใจออกว่าโม ลมหายใจเข้าว่าสัง ลมหายใจออกว่าโฆ ตั้งใจไว้ว่า ถ้าเรานึกถึง พุทโธ ธัมโม สังโฆ แล้วจะดีดตัวขึ้นให้พ้นขอบบ่อ เราได้พบปาฏิหาริย์ของคำว่า พุท โธ ธัม โม สัง โฆ เรายังไม่ได้ดีดตัวของเราแต่อย่างใด

## พุทโธ คือ หัวใจคาถาทั้งปวง

พุทโธเป็นคาถาตัวเบา ทำให้ตัวของข้าพเจ้าเบา เหาะพุ่งทะยานขึ้นบนฟ้าได้ เหาะบังคับให้ลอยไปตามต้องการเหมือนเครื่องร่อน เราจะบังคับไปทางใดก็ได้ไม่ยากเลย ข้าพเจ้าเหาะร่อนไปกลางเวหา ชมหลังคาบ้านแล้วบ้านเล่า ภูเขาป่าไม้สะดวกโยธินจึงเหาะเพื่อจะลงสู่พื้นดิน แต่อนิจจาบังคับตัวเองไม่ได้ ดันไปค้างอยู่บนยอดต้นมะขามหวาน แต่มะขามเป็นพวงเต็มไปหมด มองดูมันเป็นปลานี่ ฝักมะขามเป็นปลาช่อนเผาทั้งหมด ดูแปลก ๆ แต่เป็นปลาช่อนเผาสุกแล้วทั้งนั้น มองลงมาข้างล่าง เห็นผู้คนมาเก็บมะขามเต็มใต้ต้นมะขาม ข้าพเจ้าเห็นดังนั้นจึงจับกิ่งมันเขย่าๆ หล่นลงมากมาย ต่างคนต่างเก็บสนุกสนานกันใหญ่เลย แต่ไม่มีเสียงพูดคุยแม้แต่คำเดียวไม่มีการแก่งแย่งแต่อย่างใด กิริยา ท่าทางเรียบร้อยกันทั้งนั้น ธรรมดาของมนุษย์เมื่อมีผู้ใดหว่านข้าวของเงินทอง เขาจะแย่งกันและส่งเสียงดังอึกทึกครึกโครม แต่นี่มันเงียบ ส่วนใหญ่ ก็จะเป็นผู้หญิงทั้งนั้น ผู้ชายไม่ค่อยจะมี ยังไม่ได้ลงจากต้นมะขามเลย จิตก็ถอนเกือบจะตี ๕ นาฬิกายังไม่ปลุก

## นึกถึงนิมิตว่าเป็นปริศนาธรรม

ความปริวิตกทางใจเกิดขึ้นมาว่า บ่อลึกทะเลโคลนนั้นก็โลกมนุษย์ของเราดี ๆ นี่เอง มนุษย์เกิดมาแล้วจมปลักอยู่ โดยไม่ใช้ปัญญาหาทางออก ได้แต่บ่นว่าทุกข์ ทุกข์ ๆ อยากได้ อะไรไม่ได้ตามใจก็ทุกข์ อยากมี สิ่งใดแสวงหามาไม่ได้ตามใจก็ทุกข์ อยากเป็น นั่นเป็นนี่ไม่ได้ตามใจก็ทุกข์อีก เจ็บไข้ได้ป่วยก็ทุกข์ แก่ชรา หู ตา ขาแข้ง ไม่ดีก็ทุกข์ ก่อนจะตายก็ทุกข์ ทุกข์จนวันตาย เราก็เป็นเช่นนั้น ผู้มีหัวใจพระคาถา นำพุทโธไปภาวนา ก็มีสิทธิ์พ้นจากบ่อลึกทะเลโคลนได้

## เช้าวันที่ ๓ ย้ายที่

เก็บบริขารย้ายไปอยู่ที่กุฏิแห่งที่สองที่มีทางเดินจงกรมสร้างคู่กับกุฏิจะเดินจะนั่งอยู่ชั้นบนโดยไม่ต้องลงมาชั้นล่าง ที่ปลายทางจงกรมทำที่นั่งสมาธิไว้อย่างดี สร้างเพื่ออำนวยความสะดวกให้กับผู้ปฏิบัติโดยตรง กลางวันเราภาวนาอยู่สามอิริยาบถ คือ ยืน เดิน นั่งสลับกัน เหนื่อยก็เปลี่ยนท่า ๕ โมงเย็นถึง ๕ ทุ่มเดินจงกรม ๕ ทุ่มถึงตี ๕นั่งสมาธิ ทำความเพียรหามรุ่งหามค่ำ ก็ไม่ปรากฏอะไร เงียบทั้งกลาง

วัน เงียบทั้งกลางคืน จนสว่าง แต่ก็เกิดความภูมิใจที่เราทำความเพียรได้ทั้งวันทั้งคืน อย่างน้อยเราก็ได้ทำความเพียรตลอดทั้งวันทั้งคืน นั้นคือสิ่งที่เราคิดในใจว่า ถ้าเรากินข้าวกินเรื่อย ๆ เดี๋ยวมันก็อิ่ม ปฏิบัติธรรมก็คงไม่ต่างกันหรอก ทำไปเรื่อยๆ ทำให้มากๆ คงได้ลิ้มรสแห่งพระธรรมอย่างแน่นอน

## วันที่ ๔ ย้ายที่ใหม่

คราวนี้ไปอยู่กุฏิ ๒ x ๒ เมตร สูง ๓ เมตร ทางเดินจงกรมอยู่บนพื้นดินยาว ๓๐ เมตร กลางวันทำความเพียร ๓ อิริยาบถ ยืน เดิน นั่ง จาก ๕ โมงเย็น ถึง ๕ ทุ่ม เดินตลอด ๕ ทุ่มขึ้นกุฏิ เพื่อจะนั่งสมาธิ กราบพระที่หัวนอนว่า อรหํ สมฺมา สมฺพุทฺโธ ภควา พุทธํ ภควนฺตํ อภิวาเทมิ. หมอบกราบลง ขณะที่ข้าพเจ้าหมอบกราบลงอยู่นั้นก็ปรากฏว่า มีเสียงเดินเหยียบใบไม้แห้งอยู่ข้าง ๆ กุฏิ ข้าพเจ้าลุกขึ้นนั่งคิดว่าเพื่อนเข้ามาหาเราก็ทำกระแอมเสียงดัง ๆ โดยคิดว่าให้เพื่อนรู้ว่าเรายังไม่พักคิดต่อไปว่าเพื่อนจะมาทำอะไรนี่ ๕ ทุ่มแล้ว ไม่ใช่เพื่อนแล้ว มันเป็นเสียงเดินของอะไร เอาเราแล้วล่ะซิ แต่เสียงก็ยังเดินกลับไปกลับมาไม่ยอมหยุด คราวนี้หละเราจะได้หัวใจวายตาย เพราะเกิดความกลัวขึ้นมา ขนลุกขนพองสยองเกล้าทั้งตัวเลย คิดว่ากราบพระให้เสร็จเสียก่อนค่อยพิจารณา

อีกครั้ง เมื่อจะกล่าวคำว่า สวากฺขาโต ภควตา ธมฺโม กลัวจนตัวสั่นเสียงหายหมดเลย เสียงไม่ออก กลายเป็นเสียงเป็ดตัวผู้ไป จะพยายามอย่างไรก็ไม่มีเสียง ตัดสินใจขอไปดูให้เห็นเต็มตาเสียหน่อย อย่างเก่งก็แค่ตายเท่านั้น แต่เสียงเดินของเขายังเดินกลับไปกลับมาไม่ยอมหยุด เหมือนจะหาทางเข้ามากินเลือดกินเนื้อของเราให้ได้อย่างนั้นแหละ เราคิดว่าขออุทิศร่างกายนี้ให้เขากินเสียก็จบกันดีกว่า เราจะมานั่งตัวสั่นงันงกอกสั่นขวัญแขวนอยู่อย่างนี้

เรายอมอุทิศร่างกายของตนเปิดประตู กระโดดลงไปหวังจะให้เสือกิน แล้ววิ่งวนไปยังที่เสือเดินอยู่นั้น เห็นร่างดำทะมึนมันวิ่งอ้อมโขดหินหนีไป เราไม่กล้าตามไปดู รีบกลับขึ้นบนกุฏิ ปิดประตูลงกลอนเรียบร้อย นั่งสมาธิต่อไปด้วยเหตุแห่งความกลัว จิตจึงรวมง่าย ตี ๕ จิตจึงถอนออกมา จิตถอนจากสมาธิแล้ว ก็เตรียมออกบิณฑบาตโปรดญาติโยม ระหว่างเดินทางไปนั้นเพื่อนพูดขึ้นมาว่า เมื่อคืนนี้เกือบเที่ยงคืนเห็นลิงทโมนใหญ่ตัวหนึ่งมาจากทางไหนก็ไม่รู้ มันขึ้นมาบนกุฏิเดินวนไปวนมาครู่ใหญ่ ๆ แล้วมันก็ขึ้นไปบนหลังคา ขึ้นต้นไม้หายไปเลย มันตัวใหญ่มากๆ ตอน ๕ ทุ่มเราขึ้นกุฏิกำลังไหว้พระอยู่ มันเดินอยู่ข้างกุฏิ เรานึกว่าเป็นเสือจะเข้าไปกินเรา เล่นเอาเรากลัวจน ขี้วิ่งขึ้นสมองเกือบจะหัวใจวายตาย เราตัดสินใจลงมาดูเห็นมันวิ่งหนีไป เล่นเอาเราแทบช็อกเหมือนกัน

## เช้าวันที่ ๕

หลังจากฉันเช้าเสร็จเข้าทางเดินจงกรมโดยกำหนดสติไว้ที่เท้าทั้งสองข้าง กำหนดเมื่อฝ่าเท้าข้างขวาลงแตะพื้น ก็นึกพุท เมื่อฝ่าเท้าข้างซ้ายลงแตะพื้น ก็นึกโธ พุทโธ ๆ เรื่อยไป มีความวิตกทางใจขึ้นมาว่า ทำไมกลางคืนจิตของเราจึงไปคิดแต่สิ่งที่น่าเกลียด น่ากลัว พอเป็นกลางวันไม่ได้คิดถึงสิ่งเหล่านั้นเลย พอตกกลางคืนเท่านั้นมันก็คิดว่าผีหลอก ช้างเสือจะมากินเราเป็นอาหาร ผีเปรต ผีพราย ผีกระสือ ยักษ์ มาร ต่าง ๆ คิดแล้วคิดอีกอยู่อย่างนั้น กลางวันไม่เห็นมันคิดถึงสิ่งเหล่านั้นเลย เอ จิตของคนกลางวันมันคิดอย่าง กลางคืนมันก็คิดไปอีกอย่าง มันปรุงแต่งความมืด และความสว่างมันเป็นของความคิดเช่นนั้นเอง

๕ โมงเย็นเข้าสู่ทางเดินจงกรมตามปกติ วันนี้พระจันทร์เต็มดวง เดินจงกรม ถึง ๓ ทุ่มเศษ ๆ เห็นแสงพระจันทร์นวลจ้าสอดส่องลงยังพื้นดิน สบายตาเย็นใจชื่นใจอย่างบอกไม่ถูก เราหยุดเดิน ยืนเพ่งจ้องมองพระจันทร์ที่แสนสวยอยู่ครู่ใหญ่ๆ มีกลุ่มเมฆก้อนเล็กๆ ลอยผ่านดวงจันทร์ไป มีกลุ่มก้อนใหญ่ๆ ลอยผ่านไป ก้อนแล้วก้อนเล่าก้อนดำทะมึนใหญ่ลอยมาบดบัง ทำให้มืดสนิท มองไม่เห็นดวงจันทร์เลย ใช้เวลานาน กว่าจะผ่านมันยังมีก้อนเล็กก้อนน้อยไหลตามไปก้อนหนาๆ บ้าง ก้อนบางๆ บ้าง ลอยผ่านอยู่ตลอดเวลา ได้มีความปริวิตกอยู่ทางใจเกิดขึ้นมาว่า ดวงจันทร์ ดวงใจ หมายความว่าอย่างไร

# ดวงจันทร์ดวงใจ

สติขณะที่เพ่งจ้องดูพระจันทร์อยู่ ความคิดหนึ่งตะโกนขึ้นดัง ๆ จากใจว่า ดวงจันทร์.....ดวงใจ.....สติมันย้อนเข้าไปหาเสียงตะโกนทันที แม้ตาจะจ้องดวงจันทร์อยู่ก็ไม่เห็นดวงจันทร์เลย สติมันเข้าไปเพ่งจ้องดูใจว่าจิตจะคิดอะไรออกมา ใจมันนิ่งอยู่ไม่ยอมไม่ยอมคิดอะไร ลักษณะเช่นนี้มันสติเฝ้าดูใจหรือเปล่า ดูว่าจิตจะคิดอะไรออกมาอีกเหมือนดูดวงจันทร์จะมีก้อนเมฆผ่านมาผ่านไปโดยธรรมชาติของเขาเอง ไปเองมาเอง ไม่มีใครบังคับให้มา ไม่มีใครบังคับให้ไป ธรรมชาตินั้นก็เช่นนั้นเอง แต่ใจยังนิ่งอยู่ ไม่ยอมคิดพอสติไปจ้องดูเท่านั้นแหละ เกิดความอาย คิดก็ไม่กล้าคิด เมื่อไม่ยอมคิดอะไรออกมา สติก็ถามไปว่า เมื่อตะกี้ แหกปากตะโกนออกมาว่าดวงจันทร์...... ดวงใจ.......หมายความว่าอย่างไร ใจก็ตอบว่าดวงจันทร์กับดวงใจมันก็เหมือนกันนั่นแหละ เหมือนแบบไหนก็ว่ามาเหมือนลักษณะใดอย่างไรว่ามา ตอบว่าธรรมชาติของดวงจันทร์นั้นย่อมมีรัศมีขาวผ่องเป็นยองใย ทำให้เย็นตาเย็นใจแก่ชาวโลกผู้พบเห็นดวงใจของมนุษย์ก็เช่นเดียวกัน เป็นสิ่งที่ขาวสะอาดและผ่องใสผู้ใดเข้าใกล้ย่อมเห็นได้ชัดว่าทำให้ชื่นตาชื่นใจแด่ผู้ได้พบได้ปราศรัยสนทนา แต่ดวงจันทร์นั้นมืดมิดมัวเป็นบางครั้งสว่างไสวในบางคราวก็เพราะกลุ่มเมฆลอยมาบดบังจึงทำให้ดวงจันทร์อับแสงและ

มีความมืดมัวแต่ดวงใจของมนุษย์ก็เป็นเช่นเดียวกัน ธรรมชาติของดวงจิตดวงใจของมนุษย์พระบรมศาสดาบอกว่า จิตตังปภัสรัง จิตใจดั้งเดิมของมนุษย์นั้น ย่อมมีความผ่องใสเป็นปกติ เศร้าหมองเพราะกิเลสที่จรมาเท่านั้น อ๋อ เหมือนกันด้วยลักษณะอย่างนี้ดอกหรือ ใช่ลักษณะเช่นนี้แหละที่ว่าดวงจันทร์เหมือนดวงใจ อ้อ เหมือนกันอย่างนั้นเองทำให้ผู้ได้รู้ได้เห็นแล้วลงถึงบางอ้อทันที

ถ้าหากว่ามีคำถามแทรกเข้ามาว่า ใครถามใคร ใครตอบใคร ตอบว่า สติสัมปชัญญะ ถามใจแต่จิตเป็นผู้ตอบ เอ๊ะ ชักงง ๆ งง อะไรแค่นี้เอง ก็เหมือนมีหญิงคนหนึ่งเดินตรงเข้ามาหาตัวเราเขามองเห็นตัวเรา เขาก็ถามตัวเราว่า คุณขาเห็นเด็กเดินไปหรือเปล่าคะ ไม่เห็นครับ เขาถามตัวเองนะ แต่ปากตอบ ตัวไม่ได้ตอบ ปากเป็นผู้ตอบคำถาม คำตอบก็ออกมาจากปากที่ติดอยู่กับตัว นั่นแหละท่านผู้ใดรู้จิต รู้ใจของตนเอง แม้ขณะเดียวประเสริฐกว่าผู้เกิดมาร้อยปี แต่ไม่รู้จิต ไม่รู้ใจแห่งตนเอง

ร่างกายของคน เสียงของคนก็ออกมาจากร่างกายคนนั่นแหละใจของคนจิตของคนคิด ก็คิดออกมาจากใจ ความคิดมันหลุดออกมาจากใจของคน มันส่งต่อเป็นคำพูดมันหลุดออกมาจากปากของคน เรียกว่าคำพูดหรือวาจา ก่อนที่จะมาเป็นวาจา ใจมันคิดนึกปรุงแต่งให้สำเร็จออกมาจากใจ ตรงกับคำที่พระบรมศาสดาพระสัมมาสัมพุทธเจ้าของพวกเราทั้งหลายที่ มโนบุพพังคมาธรรมมา มโนเศรษฐา

มโนมายา ซึ่งแปลว่า ธรรมทั้งหลายมีใจเป็นใหญ่ มีใจเป็นหัวหน้า ดีชั่วบาปบุญกุศลกรรม อกุศลกรรมทั้งหลายทั้งปวง ย่อมปรุงแต่ง สำเร็จเรียบร้อยออกมาจากใจอย่างสมบูรณ์

พระบรมศาสดาผู้มีปรีชาสามารถมีญาณหยั่งรู้ใจ หยั่งรู้จิตที่คิดออกจากใจแล้วนำไปสั่งสอนชาวโลกให้รู้ตาม ทั้งเทวดา มาร พรหม หมู่สัตว์ พร้อมทั้งสมณะพราหมณ์ ตั้งแต่สมัยพุทธกาล จนถึงปัจจุบันวันนี้และอนาคตข้างหน้าในกาลไกล ถ้ายังมีผู้นำไปปฏิบัติตามอยู่ มรรคผลยังรอผู้ปฏิบัติตามอยู่ไม่ได้หายไปไหน รอเราอยู่แค่นี้ รออยู่ที่จิตใจของทุก ๆ คน จงเข้าไปค้นหาที่ใจของตนเถิด ธรรมอันประเสริฐอยู่นั้นแล ธรรมอยู่ที่ใจ ธรรมออกจากใจของทุก ๆ คน คนค้นคน คนค้นดูใจตน ธรรมอื่น ๆ ยังมีอยู่อีกมากมาย เสียดายหมดเวลาเดินจงกรมแล้ว

ได้เวลา ๕ ทุ่มขึ้นไปกราบพระที่หัวนอน แผ่เมตตาจิต อุทิศส่วนกุศลให้สรรพสัตว์ทั้งหลาย บุญอันเกิดจากเดินจงกรมภาวนาของข้าพเจ้า ขอแผ่เมตตาให้สรรพสัตว์ทุกหมู่เหล่าที่เป็นเพื่อนทุกข์ เกิด แก่ เจ็บ ตาย ด้วยกันทั้งสิ้น จงเป็นสุขๆ เถิด อย่าได้เบียดเบียนซึ่งกันและกันเลย ที่ตกทุกข์ขอให้เป็นสุข ที่เป็นสุขขอให้สุขยิ่งๆ ขึ้นเทอญ

นั่งขัดบัลลังก์ขาขวาทับขาซ้าย มือขวาทับมือซ้าย ยืดกายไว้ตรง ๆ ดูว่าตรงดีแล้วค่อยหลับตา ทำใจให้ว่างจากสัญญาอารมณ์ ว่างจากความรู้สึกนึกคิดใด ๆ ทั้งปวง เรื่องอดีต เรื่องอนาคต ขจัดออกไป ใจว่างอยู่ปัจจุบัน แล้วสูดลมหายใจเข้ายาว ๆ นึกพุท ปล่อยลมออกยาว ๆ นึกโธ พุท...โธ...พุท...โธ...พุท...โธ จิตก็วาง พุท โธ เห็นแต่ลมไหลเข้าเป็นลำยาว เห็นลมไหลออกเป็นลำยาว ลมเข้า ลมออกหายทิ้งไว้แต่ความว่างเปล่า กายก็เบา จิตก็เบา กายมันหายไป จิตเด่นอยู่ที่รู้ จิตเข้าสู่ภวังคจิต รู้สึกตัวอีกที ก็ตี ๕ จิตได้ถอนออกมา ได้เวลาไปบิณฑบาตโปรดญาติโยมในหมู่บ้านตามปกติที่เคยปฏิบัติมาทุกวัน

## เช้าวันที่ ๖ งูจงอางขอส่วนบุญ

หลังจากเสร็จภารกิจแล้วก็กลับเข้าสู่ทางเดินจงกรมย่อยอาหารก่อนตามปกติ บ่ายโมงก็เตรียมย้ายหาที่ภาวนาแห่งใหม่ เก็บบริขารเรียบร้อย สะพายกลดและบาตร กาน้ำ เดินทางจากเขาลูกหนึ่งไปอีกลูกหนึ่ง ภูเขามันสลับซับซ้อนเต็มไปหมด เราก็เดินอย่างมีสติถึงทางขึ้นเขา ก้าวขาช้า ๆ ขวาพุท ซ้ายโธ พุท...โธ ได้ยินเสียงขู่ฟู่ ๆ ๆ ได้ยินชัดก็ตกใจ กวาดสายตาไปเห็นงูใหญ่ มันขู่แลบลิ้นแผล็บ ๆ ๆ ห่างจากเราประมาณ ๒ เมตรกว่า เจ้าป่าจงอางยักษ์ตกใจ

อุทานว่า เฮ้อ หัวโล้นกูแตกแน่ มันชูหัวขึ้นสูงพร้อม ที่จะฉกได้ทันที ถ้าเราเข้าใกล้กว่านี้ พอมองเห็นจงอางเท่านั้นแหละ เรากลัวจนตัวแข็งที่จะก้าวไปก็ไม่ได้ จะถอยกลับก็ไม่ได้ นึกขึ้นในใจว่าหลวงปู่ช่วยผมด้วย ๆ ก็นึกถึงคำสอนของ หลวงปู่เทสก์ว่า พุทโธ ช่วยได้ทุกอย่าง ขอให้ขยันนึกเท่านั้น ข้าพเจ้าแผ่เมตตาให้งู มันยังจ้องมาที่เราอยู่นึกในใจว่า ถ้าเราเคยเป็นคู่เวร คู่กรรม แต่ชาติปางก่อน ก็ขอให้อโหสิกรรม อย่าได้จองล้างจองผลาญกันเลย ถ้าเราไม่ใช่ คู่เวร คู่กรรมกันมาแต่ปางก่อน ก็ขออย่าได้สร้างเวรสร้างกรรมต่อกันเลย

งูจงอางเจ้าป่าก็ไม่ยอมขยับ ยังแลบลิ้นส่งเสียงขู่ ถ้ามันไม่อโหสิกรรมให้เรา มันต้องเอาเราตายแน่ ถ้ามันวิ่งเข้าฉกเราคงหัวใจวายตายแน่ ๆ หลับตานึกพุทโธไว้ดีกว่า ถ้าคราวถึงตายมันก็ต้องตายขอตายกับพุทโธดีกว่า หลับตานึกพุทโธอยู่ครู่ใหญ่ ๆ มันก็มิได้ทำร้ายตัวเรา ค่อย ๆ ลืมตาขึ้นมาดู งูมันยังจ้องเราอยู่ ครู่หนึ่งมันขยับหัวลงไปจนถึงพื้น แล้วเลื่อนตัวข้ามทางเดินไป โอ้ โล่งอกไปที โอ้โฮ พุทโธ...ยอดจริงๆ ป้องกันสัตว์ร้ายได้จริงๆ

# โครงกระดูกให้กรรมฐาน

"กุฏิเทวดา" เห็นเขียนชื่อติดเอาไว้ ที่ตั้งชื่อว่าเช่นนั้นเพราะมันตั้งอยู่บนยอดเขา อยู่ที่สูง มีบันไดไม้พาดขึ้นไปเกือบยี่สิบขั้น มีกุฏิ ๒ x ๒ เมตร มีทางเดินจงกรมเทคอนกรีตยาวประมาณ ๒๕ เมตร ทำความสะอาดทางเดินจงกรมและกุฏิ ไม่มีพระไปอยู่ที่กุฏิ กุฏิจึงรกมีแต่ใบไม้ทั้งนั้น ทำวัตรเย็นเสร็จ มืดพอดี คิดในใจว่าปิดประตูหน้าต่างเสร็จก็จะลงไปเดินจงกรม ตามปกติทุกวันที่ปฏิบัติมา มือเอื้อมไปจะปิดหน้าต่าง ต้องรีบชักมือกลับอย่างเร็ว ช่องของหน้าต่างนั้นโครงกระดูกมันยืนจังก้าอยู่ เล่นเอาตกใจแทบจะช็อกตัวแข็งทื่อ มือเท้าขยับไม่ออกเลย จะเอามุ้งกลดลงมือก็ยกไม่ขึ้น เพราะเห็นเต็ม ๆ ตา เห็นด้วยตาของเรา ไม่ใช่เห็นในนิมิต เห็นจะๆ ขณะเอื้อมมือไปจะปิดหน้าต่าง ได้ยินเสียงหัวใจตำข้าวตุบ ๆ ตุบ ๆ มือเท้าแข็งเป็นลำไม้ ไม่ช็อกตายก็ถือว่าบุญโข นั่งหลับตาพุทโธอย่างเดียว

## นิมิตปริศนา คือธรรม

ขณะนั่งหลับตาจะนึกพุทโธ เปล่ามันนึกถึงโครงกระดูกโน้น มันนึกขึ้นมาว่าถ้าโครงกระดูกมันยื่นมือเข้ามาบีบคอของเราจะทำอย่างไร ก็ตายน่ะซี จะป่วยตาย ผีบีบคอมันก็ตาย ถ้ามันบีบคอเราไม่ตายมันจะกัดหัวเราให้ตาย เออ ตายแล้วก็แล้วไป ถึงคราวต้องตาย ขณะนั้น สติมันเฝ้าระวังอยู่ที่คออย่างเดียว ถ้ามือที่เป็นโครงกระดูกมาแตะที่คอเมื่อไร หมายถึงมันหยิบยื่นความตายมามอบให้เราแล้ว เตรียมตัวตายได้เลย มีสติอยู่ที่คอนั้นก็เหมือนให้สติจดจ่ออยู่ที่ปลายจมูกนั้นแหละแต่มันต่างจุดเท่านั้นเมื่อสติจดจ่ออยู่ก็รู้สึกเบากายเบาจิต สบายๆ เคลิ้มๆ ไปแล้วก็รู้สึกตัวว่าเราอยู่ กลางอากาศเดินบนอากาศได้เหมือนเดินอยู่บนพื้นดิน เดินไปเรื่อย ๆ มองไปเห็นไฟไหม้น้ำอยู่กลางอากาศ โหมไหม้ใหญ่เลย เอะใจว่าไฟไหม้น้ำได้อย่างไร ครู่หนึ่งเห็นช้างวิ่งบนอากาศตะโกนเสียงดังมาแต่ไกลว่าไหม้น้ำทำไม ไหม้น้ำทำไม ดับซี ๆ พูดแล้วมัน ก็วิ่งไปที่ท่อนซุงใหญ่ ขนาด ๔ คนโอบ ใช้งางัด กลิ้งมาทับไฟ ไฟก็ดับดับสนิทเลย ท่อนซุงใหญ่ที่เหลือจากไฟไหม้เท่างาช้างเท่านั้น เป็นถ่านไฟดำเมี่ยมเลย ช้างมันใช้งวงมันจับโยนหายไปในอากาศช้างก็หายไป น้ำก็หายไป ไฟก็หายไป ไม้หายไป ช้างก็หายไปในอากาศทั้งหมด เอะใจว่าเป็นไปได้อย่างไร จิตก็ถอนออกมา

รับรู้ภายนอก ส่องไฟดูนาฬิกาตี ๒ ครึ่งแล้ว เสียงนาฬิกาปลุกตอน ๕ ทุ่มไม่ได้ยินเลย เพลินไปถึง ตี ๒ รีบไปเดินจงกรม

## วิเคราะห์นิมิต

เดินจงกรมครั้งนี้แปลกกว่าทุกครั้งเพราะนั่งสมาธิก่อนค่อยมาเดินจงกรม จิตมันเหนี่ยว เอาความสุขที่เกิดจากการนั่งสมาธิเป็นอารมณ์ มีความวิตกทางจิตขึ้นว่านิมิตนี้แปลกน่าจะมีความหมายสำหรับการปฏิบัติของเราอย่างแน่นอนครุ่นคิดแต่เรื่องของนิมิตในการเดินกลับไป กลับมาตลอด ลักษณะเดินก็เบาผิดปกติ เหมือนเราไม่ได้เดินบนดินอย่างนั้นแหละ เหมือนเราเดินอยู่บนอากาศ เหมือนตัวเรามันลอยไป ลอยมาอย่างนั้น มีความวิตกขึ้นมาว่า นิมิตเมื่อคืนนี้มันหมายความว่าอย่างไร บอกเหตุอะไร ไฟไหม้น้ำเป็นไปไม่ได้ ต้องมีความหมายแล้ว หมายถึงอะไร ไฟโลกไหนไหม้น้ำได้ หรือไฟบรรลัยกัลป์จะไหม้โลกถึงเวลาสร้างโลกใหม่หรือไร

# การปฏิบัติมีคำตอบ

มีคำตอบผุดขึ้นมาว่าน้ำในที่นี้คือ น้ำใจของสัตว์โลก ไฟเล่าคืออะไรก็ ไฟราคะ ไฟโทสะ ไฟโมหะ ไฟทั้ง ๓ กองนี้แหละ ลุกไหม้เผาลนน้ำใจของสัตว์โลก ไม่รู้จักดับเป็นไฟที่ไร้แสง ไร้ควัน มีความร้อนมาก ไหม้ตลอดกาลไม่มีวันดับ เว้นแต่ผู้มีปัญญาเท่านั้นที่จะดับมันได้ อ้อ แล้วเรื่องช้าง เรื่องไม้ซุง เรื่องไฟไหม้น้ำ ช้างโยนท่อนซุงขึ้นแล้วหายไป ช้างก็หายไป หมายความว่าอย่างไร ช้างหมายถึงปัญญาใหญ่ใหญ่เหมือนเผือกพลายสารช้าง เป็น โลกุตรปัญญาถึงจะดับไฟได้ แล้วท่อนไม้ซุงละ ไม้ซุงใหญ่หมายถึง ร่างกายของสัตว์โลก สัตว์โลกย่อมถือมั่นว่าเป็นสัตว์ เป็นบุคคล เป็นเขา เป็นเรา ก็เลยใหญ่คับโลกท้ายที่สุดหยุดแค่ตายถูกไฟเผาเป็นเถ้าถ่านหายไปไม่เหลืออะไรเลย แล้วช้างละ ช้างหมายถึงปัญญาใหญ่ ปัญญาโลกุตรปัญญา ปัญญาอันเกิดจากการฟังธรรมก็มี เกิดจากการสนทนาธรรมก็มี เกิดจากการผูกปัญหามาถามพระพุทธเจ้าก็มี เกิดจากพระพุทธเจ้าเรียกมาฟังก็มี เกิดเพราะตรองตามขณะฟังธรรมก็มี เกิดเพราะนั่งสมาธิ หรือเดินจงกรมก็มี เกิดจากปุจฉา วิสัชนาก็มี เกิดจากการเจริญสมถะ เจริญวิปัสสนาก็มี บุคคลผู้ฉลาดย่อมรู้จักพิจารณาตนเองว่าเมื่อได้ยิน ได้ฟัง ได้สนทนา ได้ถามปัญหา ได้ปุจฉา วิสัชนา ปัญญาเกิดหรือไม่ ถ้าปัญญายังไม่เกิดเข้าสู่กระบวนการฝึกสมาธิภาวนาเจริญ

สมถกรรมฐาน และวิปัสสนาเป็นลำดับไปจนกว่าจะเกิดปัญญาโลกุตร เป็นผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบานในธรรม ไม่ถือมั่นในสิ่งใดๆ ในโลกเสียได้คือ โลกุตรปัญญาที่พระบรมศาสดาตรัสไว้ดีแล้ว

## จิตกะล่อนทอง

คำตอบอันเกิดจากการปฏิบัตินั้น มันก็ทำให้ผู้ปฏิบัติได้ความสุข ยากที่จะหาสุขอื่นมาเทียมได้ แม้จะไม่ถึงมรรคผลแต่ก็ได้รู้ทางปฏิบัติอันถูกต้อง ได้ปัญญาเกิดมาอบรมจิตผู้ปฏิบัติโดยเฉพาะ แต่ก็ยังมีอุปสรรคขวางทางกั้นอยู่อีกเยอะ ถ้าจะมีคำถามแทรกเข้ามาว่าอะไรหรือคืออุปสรรค ตอบว่าจิตของเราเองเป็นอุปสรรคต่อปัญญาของเราเอง ถามจิตของเราจะเป็นอุปสรรคได้ไง ได้ซิ เพราะปัญญาที่ไม่ได้พิจารณาดูจิตที่มันคิดขึ้นมาโดยคิดว่าจิตเรา ความคิดเราจึงไม่ยอมพิจารณา เมื่อมิได้พิจารณาจึงเป็นความเชื่อที่งมงายไร้เหตุผล เป็นความเชื่อที่ผูกขาด พระพุทธองค์ทรงตรัสเอาไว้ว่าจิตมันจะคิดอะไรขึ้นมาโดยที่คิดว่า จิตเรา ความคิดเรา จึงไม่ยอมพิจารณา เมื่อมิได้พิจารณาจึงเป็นความเชื่อที่ผูกขาดพระพุทธองค์ทรงตรัสเอาไว้ว่า จิตมันจะคิดอะไรขึ้นมาก็อย่าเพิ่งเชื่อ จิตจะปรุงแต่งเรื่องอะไรขึ้นมาก็อย่าเพิ่งเชื่อ ให้พิจารณาดูก่อนว่าความคิดนั้นเป็นกุศลหรืออกุศล ถ้าเป็นอกุศลควรละเสีย อย่าเชื่อ อย่าพูดตาม

อย่าทำตาม เพราะมันเป็นบาปอกุศลเป็นเหตุให้เกิดความทุกข์ เดือดร้อน ถ้าความคิดเป็นกุศล เป็นเหตุให้เกิดความสุข ไม่เดือดร้อนตนเอง ไม่เดือดร้อนผู้อื่น ควรรีบทำเสียอย่าผลัดวันประกันพรุ่ง ถามว่าจิตกะล่อนทองเป็นอย่างไร ตอบ หมายถึงความกะล่อนของจิต จิตที่หลอกตนเอง หลอกให้ยึดมั่นถือมั่นว่าเป็นเราของเรา

คำว่าจิต คำว่าคิด บางทีเรียกว่าจิต บางทีเรียกว่าคิด เรื่องเดียวกันเรียกสองชื่อ บางทีเรียกรวมกันว่าจิต มันคิดนึกปรุงแต่ง เพราะการปรุงแต่งของจิตมีความจริงบ้าง ไม่จริงบ้าง ต้องพิจารณาถึงจะรู้ได้ เห็นได้ ขณะนั้นมีความคิดขึ้นมาว่า นี่มันใกล้สว่างแล้ว ถ้าเสือมันออกมาหากินตอนกลางคืนกลับเข้ามา เห็นเราตัวเราก็จะเป็นอาหารอันโอชะของเสือ เอ เขาลูกนี้ไม่มีเสือดอก ไม่แน่ มันอาจจะเป็นเสือโดนยิงไม่ตาย เดินโซซัดโซเซมาถึงที่นี่ก็ได้ ใครจะไปรู้ถ้ามาจริงละ เราคืออาหารอันเลิศรสของเสือ มาเถอะเราจะอุทิศกายให้เสือมันกิน เราคงจะได้บุญมาก เราได้ให้ชีวิตเสือรอดตาย กลัวแต่เสือจะไม่มา เสือมาเราไม่กลัว จะอุทิศกายเราให้มันกิน เราตายไม่กลัว กลัวเสือมันจะตาย ถ้าเสือมันไม่มา ผีเปรตมาจะทำอย่างไร เปรตมันจะมาทำอะไร ก็มาหลอกซิ หลอกแบบไหน มันก็ขึ้นไปบนต้นไม้เอาเท้าของมันมาเกาะไว้ที่กิ่งไม้ ทิ้งตัวลงเอาหัวหย่อนลงมาผมยาวลากพื้นดินแกว่งไปแกว่งมา ลิ้นก็ห้อยยาวออกจากปากมาลูกตาโตเท่ากำปั้นสีแดงลุกวาวน่าเกลียดน่ากลัว ถ้าเราเดินไปใกล้ ๆ

มันจะเอาลิ้นมารัดที่คอเรา แล้วลากคอขึ้นบนต้นไม้เหมือนผูกคอตาย เมื่อความคิดเช่นนี้คิดขึ้นมา ก็ทำเอาขนลุกขนพองสยองเกล้าเช่นกัน ยัง ยังไม่พอ มันยังคิดต่อไปอีกว่าถ้าผีกองกอยผีกระสือมาก็อันตรายเหมือนกันนะ อันตรายอย่างไร ผีกองกอยเสียงร้องของมัน ถ้าใครได้ยินเสียงของมันเสียงเย็น ๆ ก่อย ๆ ถ้าใครได้ยินเสียงผีกองกอยร้องก็จะง่วงและนอนหลับไม่รู้ตัว มันก็จะจกตับจกปอดกินหมด แม้ผีกระสือก็เหมือนกัน หยุดนะ ไอ้กะล่อนทอง ไอ้ชาติชั่ว สิ่งที่มีประโยชน์มึงไม่ยอมคิด คิดแต่เรื่องไร้สาระ คิดแต่เรื่องที่น่ากลัวทั้งนั้นไอ้เวรนี่ นี่เป็นคำอุทานออกมาเป็นเสียงที่ดัง ๆ นะเหมือนตวาดใครเมื่อมีความโกรธ เอะใจว่านี่เราร้องตะโกนก้องป่าเลยนะนี่ ถ้าใครเดินมาได้ยินเสียงตะโกนด่าของเราเข้า เขาคงคิดว่า หลวงพ่อทองพูน วิปลาตไปแล้วหรือนี่ ก็มันเป็นไปแล้ว

## ห้ามจิตไม่ให้มันคิด

ธรรมชาติของจิตมันคงคิด กลางวันก็คิดธรรมดาๆ พอกลางคืนหาเอาเรื่องที่น่าเกลียดน่ากลัวคิด ทำให้ตัวเองอกสั่นขวัญแขวนอยู่ตลอดเวลา คราวนี้จะไม่ให้คิด พอเริ่มคิดว่าเสือก็เบรกทันทีหยุดนะ ช้างจะ...หยุด ผี...หยุด เปรต...หยุด ยักษ์...หยุด ก็เกิดความรู้สึกขึ้นมาว่า นี่กระมังพระพุทธเจ้าว่าจิตไม่ใช่ของเรา ถ้าเป็นจิตของ

เรามันต้องคิดเรื่องดีๆ ให้มีความสุข นี่มันคิดแต่เรื่องอัปรีย์ทั้งนั้น ลักษณะอย่างนี้กระมังพระพุทธเจ้าว่าจิตเกิดดับ เกิดดับๆ หรือว่าจิต เกิดขึ้น ปรุงแต่งดับลง หรือเกิดขึ้นในเบื้องต้น แปรปรวนในท่ามกลาง ดับลงในที่สุด มันเป็นเช่นนี้เอง เกิดเอง ปรุงแต่งเอง ดับลงเองในที่สุด พระศาสดาให้ระลึกรู้ลักษณะของจิต ๓ ลักษณะ คือ อุปาทะ คือ เกิดขึ้น ฐิติ คือ ตั้งอยู่ ภังคะ คือ ดับไป พระบรมศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้าให้มีสติสัมปชัญญะระลึกรู้ลักษณะของสิ่งที่ปรากฏทั้งรูปและนามโดยธรรม ๓ ลักษณะนี้ คือ สิ่งใดสิ่งหนึ่งเกิดขึ้น ตั้งอยู่ สิ่งทั้งปวงนั้นล้วนดับไปเป็นธรรมดาเพราะทุกสิ่งทุกอย่างตกอยู่ใต้กฎของไตรลักษณ์นั้นเอง การห้ามจิตใจไม่ให้คิด มันห้ามได้เฉพาะเวลามีสติเฝ้าดูจิตอยู่ เท่านั้นเอง จริง ๆ แล้ว พระสัมมาสัมพุทธเจ้าให้มีสติตามดูความเกิดความดับ ว่านี่คือธรรมชาติของจิต ไม่ใช่จะให้ไปเอาจริงเอาจังกับจิต แต่ให้เรียนรู้สภาวะการทำงานของจิตเท่านั้นเอง

## เช้าวันที่ ๗ เดินจงกรม จนฝ่าเท้าทะลุไปทั้งสองข้าง

เช้ามืดในการเดินจงกรม พิจารณาธรรมเพลิดเพลินอยู่นั้นเกิดความรู้สึกเจ็บฝ่าเท้าทั้งสองข้าง แต่มิได้สนใจ เจ็บครั้งแล้วครั้งเล่าบางครั้งเหมือนมีอะไรทิ่มเข้าถึงเนื้อ แต่ก็ไม่ได้ดู เพราะจิตมันคิดขึ้นมาว่าใกล้จะถึงตีห้าแล้ว สัตว์ที่ออกหากินตอนกลางคืนก็กำลังจะเดินทางกลับก่อนฟ้าสาง แม้แต่ภูตผีปีศาจก็จะกลับ แต่ถ้าผีกองกอยมันผ่านมาทางนี้ พอเห็นคนมันก็ร้องก่องกอย เราได้ยินเสียงของมันก็จะง่วงนอนจนทนไม่ไหว เราก็จะหลับสนิทมันมาถึง เห็นเป็นคนตายมันจะเปิดผ้าสบงของเราออกเอามือล้วงเข้าไปในทวารหนักดึงเอาตับ เอาปอดของเราออกมากิน พอแล้ว พอแล้ว ไอ้สันดานเลว มึงเคยเห็นผีกองกอยพอแล้วจนเห็นภาพ มึงเคยเป็นผีกองกอยหรือไม่ ไม่เคยเป็นไม่เคยเห็น แล้วมึงเล่าได้อย่างไร ก็ตอนเป็นเด็กๆ อยู่แม่เล่าให้ฟังไอ้สันดานชั่วเอ๋ย มึงไม่มีเรื่องจะหลอกแล้วใช่ไหม...มึงคิดว่ากูยังเชื่อมึงอยู่อีกหรือไอ้หอก...ไอ้ความคิดสารเลว เมื่อตอนหัวค่ำ มึงก็บอกว่าโครงกระดูกจะมาบีบคอให้ตาย กูไม่เห็นโครงกระดูกที่ไหนมาบีบคออย่างที่มึงคิด มันโกหกชัดๆ คิดขึ้นมาหลอกได้ทุกวัน เมื่อคืนวานก็เหมือนกัน ลิงทโมนมาเดินกลับไปกลับมาข้างๆ กุฏิ มึงก็บอกว่าเสือกำลังหาทางเข้ามากินมันโกหกทั้งนั้น คิดขึ้นมาหลอกได้ทุกคืนคืนแรกก็เหมือนกันแมวมันวิ่งไล่กันเหยียบก้อนหินกลิ้งลงมา มึงก็บอก

ว่าเสือวิ่งเข้ามาแล้ว..เสือวิ่งเข้ามาแล้ว..เล่นเอากูแทบจะหัวใจวายตาย มันโกหกทั้งนั้น มันเสือเสียที่ไหนก้อนหินแท้ๆ ยังตะโกนบอกเสือแท้ๆ ปลิ้นปล้อนกะล่อนชัดๆ เชื่อได้ที่ไหน โอย...เดี๋ยวก็ช้างมา เสือถูกยิงมา ผีเปรตมา ผีกระสือมา ผีกองกอยมา ล้วนโกหกทั้งนั้น กูไม่เคยเห็นอะไรมาตามที่มึงคิดแม้แต่อย่างเดียวใช่ไหม...

## ความโง่เขลาเบาปัญญา

โง่เพราะมีร่างกายแต่ไม่รู้เรื่องของร่างกาย รู้แต่ว่ากายเราตัวของเรา ตัวของกู โง่ดักดานอยู่แค่นี้แล้วมันใช่ตัวเรา ของเราจริงๆ อย่างที่มันเข้าใจหรือเปล่า ไอ้กะล่อนทองมันบอกว่านี่ตัวเรานะ นี่ตัวของเรานะ นี่ใจของเรานะ นี่ความคิดของเรานะ เราแก่นะ เราเจ็บนะ เราสุขนะ เราทุกข์นะ ก็โง่ไปเชื่อมันร้อยเปอร์เซ็นต์ ล้านเปอร์เซ็นต์ โดยมิได้พิจารณาดูแม้แต่นิด เชื่ออย่างฝังจิตฝังใจ น่าสมเพชจริงๆ ไอ้กะล่อนทอง สั่งให้ฆ่าตัวเองตายก็ฆ่า สั่งให้หัวเราะก็หัวเราะ สั่งให้ร้องไห้ก็ร้องไห้ สั่งให้รักก็รัก ยิ้มน้อยยิ้มใหญ่ คิดดูแล้วทุเรศจริงๆ

# โง่เกิดจาก มีใจ ไม่ศึกษาใจ

อวิชชา แปลว่า ความไม่รู้ ไม่รู้คือ ไม่เข้าใจ คือความโง่ เบาปัญญา วิชาแปลว่า ความรู้ ความรู้คือความเข้าใจ เห็นจริง ถาม รู้แจ้งเห็นจริงอันไหนอย่างไร ตอบ คำถามมีสองประเด็นคือ รู้แจ้งอันไหน รู้แจ้งเป็นอย่างไร รู้แจ้งเห็นจริงกายนี้ว่าเกิดมาแล้วเป็นไปเพื่อชราความแก่ พยาธิความป่วยเป็นไข้ มรณะแตกดับตายเป็นอย่างนี้ เพื่ออย่างนี้ จะล่วงพ้นความเป็นอย่างนี้เป็นไม่ได้ กายเราจักเป็นเช่นนี้ รู้แจ้งเห็นจริงว่ากายนี้ก็สักว่ากาย กายคือกาย กายมิใช่สัตว์ บุคคลเรา เขารู้แจ้งเห็นจริงในกายเป็นอย่างนี้

รู้แจ้งเห็นจริงในใจว่าพระพุทธองค์แยกไว้ ๓ ประเด็น คือ เวทนา จิตและธรรม เวทนา คือ สุข ทุกข์และ ไม่สุขไม่ทุกข์ อันปรากฏที่กายบ้าง ที่ใจบ้าง พระองค์เรียก เวทนา ๖ เพราะเกิดที่กาย ๓ ที่ใจ ๓ เป็น ๖ จิต คำว่า จิตก็น่าจะเป็นจิตกะล่อนทอง ดังที่กล่าวมาแล้ว ชื่อนี้ในตำราไม่มีนะ มันเพิ่งเกิดตอนที่ตวาดจิตว่า หยุดนะ...ไอ้จิตกะล่อนทอง คำว่า จิตต้องเป็นจิตกะล่อนทองแน่ๆ เป็นอื่นไปไม่ได้ พระองค์ว่าจงพิจารณาให้เห็นจิตและในจิตทั้งภายในและภายนอก จิตทั้งหลายอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ มีธรรมอันเอกผุดขึ้น ธรรมที่ผุดขึ้นเพื่อมาตวาดเจ้ากะล่อนทองนี้คือ ธรรมอันเอกคือจิตที่ผ่องใส มีใจตั้งมั่น จิตมีอารมณ์เดียว

เพื่อรู้จิตตามความเป็นจริง คำว่ารู้จิตตามความเป็นจริงนั้น เมื่อสติตั้งมั่นจิตมีอารมณ์เดียว จิตคิดโกหกก็ตามรู้ จิตคิดไม่โกหกก็รู้ คิดเรื่องอดีตก็รู้ คิดเรื่องอนาคตก็รู้ รู้ปัจจุบัน ขณะคิดขึ้นมา รู้ดับ รู้เกิด ดับรู้ คิดรู้ จบลงรู้ อ๋อ...อย่างนี้เอง...ที่พระพุทธองค์ตรัสไว้ว่าเกิดขึ้นในเบื้องต้น แปรปรวนในท่ามกลาง ดับลงในที่สุด เป็นอย่างนี้เองหรือว่าเกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับไป แม้คำว่าเกิดดับๆ ก็ตรงนี้เอง หรือคำว่ามีใจตั้งมั่น จิตมีอารมณ์เดียว ย่อมรู้จิตตามความเป็นจริงมันเป็นของมันเอง มันคิดของมันเอง สิ่งเหล่านั้นเรามิได้มีเจตนา คิดจริงบ้าง ไม่จริงบ้าง อดีตบ้าง อนาคตบ้าง ล้วนเกิดเองดับเอง ความเกิดความดับแห่งจิตนี้เอง พระพุทธองค์ตรัสว่า สิ่งใดสิ่งหนึ่งมีความเกิดขึ้นเป็นธรรมดา สิ่งทั้งปวงย่อมดับไปเป็นธรรมดา เพราะมันเป็นของไม่เที่ยง เกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับไป เป็นธรรมชาติเกิดดับตามธรรมชาติ จะเข้าไปยึดก็เกิดดับเช่นนั้นเอง จะไม่เข้าไปยึดก็เกิดดับอยู่นั่นเอง

ตี ๕ ได้เวลาออกบิณฑบาต เพราะไกลห่างหมู่บ้าน ๖ กม. พอหยุดเดินจงกรม รู้สึกเจ็บที่ฝ่าเท้ามาก ๆ เลย ส่องไฟดู ตกใจ ฝ่าเท้าทะลุทั้งสองข้าง มิน่ามันถึงได้เจ็บผิดปกติ แต่เราไม่สนใจเพราะมัวเพลิดเพลินอยู่กับความคิด ความดับแห่งจิต จนลืมดูฝ่าเท้า ได้หารองเท้าใส่ไปบิณฑบาต

# วันที่ ๗ ขี่ม้าป่าข้ามโลก

หลังบิณฑบาตกลับมาก็ทำคำข้าวไว้ ๙ คำ เอาปลาแห้งแปะไว้ทั้งหมด ๙ คำ วันสุดท้ายไหว้พระเสร็จ ฉันเช้าล้างบาตร ไหว้พระเสร็จ รีบกลับกุฏิ วางบาตรเข้าทางจงกรมทันที เพราะเป็นปลื้มปีติในการทำความเพียร ความขยันหมั่นทำความเพียร ความเพลิดเพลิน ความปีติ ความสุขไหลท่วมท้นเข้ามาชนิดที่ไม่เคยพบไม่เคยมีมาก่อน แต่การเดินจงกรมไม่ได้นึกไม่ได้คิดไม่ได้บริกรรมอะไรเลย ปล่อยใจสบายๆ วางอดีตอนาคตลงหมดจิตก็ว่างจากสัญญาอารมณ์ต่างๆ ทั้งหมด เดินกลับไปกลับมาอยู่นั้นธรรมอันเอกก็ผุดขึ้นมาว่า **"ขี่ม้าป่าข้ามโลก"**

ขี่ม้าป่าข้ามโลกหมายความว่าอย่างไร หมายความว่าม้าป่าเป็นสัตว์ที่คล่องแคล่วว่องไว การที่จะจับม้าป่าเอามาฝึกขี่ข้ามโลกไม่ใช่เรื่องง่าย ถ้าคนมีปัญญาก็จับง่ายนิดเดียวไม่ยาก ไม่ยากแบบไหนว่ามาซิ ผู้มีปัญญาย่อมรู้จักสังเกต เฝ้าสังเกตดูว่าม้ามันลงกินน้ำหนองไหนบ่อยๆ ก็ไปล้อมคอกเอาไว้ให้เหลือแต่ทางลง เวลาม้าลงไปกินน้ำก็ปิดคอกเอาไว้ ม้ามันรู้ว่ามันถูกขังไว้ในคอก มันก็จะวิ่งวนอยู่ภายในคอกจนอิดโหยโรยรา ก็หยุดวิ่ง ยืนถอนหายใจ คิดว่ามนุษย์ต้องจับเราฆ่าเป็นอาหารแน่ พอเห็นเอาหญ้าให้กินมันก็ไม่ยอมกิน หลายวันเข้าก็กินหญ้า เพราะความเหนื่อยและเพลีย จากนั้นเราเอา

เชือกทำเป็นบ่วงคล้องคอม้าเอาไว้ มันกระโดดหน้า กระโดดหลัง เพื่อจะหนีเอาตัวรอดด้วยความกลัว เห็นหน้ามันหมดแรงแล้วเข้าประชิดตัวมันมันก็จะหนีจนสุดความสามารถเมื่อเข้ามาถึงตัวม้าได้ก็ฝึกขี่ม้าอยู่ในน้ำนั้นแหละม้าก็ไม่ยอมเรา เราก็ไม่ยอมม้า ก็ชักกะโยงโตงเตง สลัดให้เราตกก็ไม่ตก เพราะม้าหมดแรง เราก็ใส่บังเหียนเข้าปากมันได้ สามารถบังคับไปซ้ายไปขวาได้ตามต้องการ กลายเป็นม้าที่แสนรู้น่ารัก จะไปที่ไหนได้สะดวกสบายตามที่เราต้องการ ม้าที่ฝึกดีแล้วย่อมทำประโยชน์ให้

## ฝึกจิตฝึกม้า

การฝึกจิตมีความคล้ายคลึงกับการฝึกม้า แต่ฝึกจิตง่ายกว่าและได้ประโยชน์มากกว่า ถามฝึกจิตง่ายอย่างไร ประโยชน์มากอย่างไร อธิบายซิ ตอบ ที่ว่าง่ายกว่าเพราะไม่ต้องตัดไม้มาล้อมคอกให้ลำบาก เพียงแต่สำรวมกาย สำรวมวาจา สำรวมใจก็จบ สำรวมแบบไหนสำรวมกายคือเอากายมานั่งสมาธิหรือเดินจงกรมที่ทำที่เดินอยู่ขณะนี้ไม่เอากายไปทำงานอื่นๆ ให้เดินจงกรม ให้ยืนทำสมาธิ ให้นั่งทำสมาธิ ให้นึกถึงพุทโธ เท่านี้เรียกว่าสำรวมกาย สำรวมวาจา คือ หยุดพูดจา สำรวมใจ คือ หยุดนึกคิดปรุงแต่ง หยุดคิดเรื่องอดีต เรื่องอนาคต ปัจจุบันอยู่กับพุทโธ คือ สำรวมใจ สำรวมกาย วาจา ใจ มันง่ายอย่างนี้ไม่เห็นว่ามันจะลำบากตรงไหน เรื่องกล้วยๆ

# ฝึกจิต

การฝึกจิต ถ้าใครว่ายากมันก็ยาก พอไปบอกว่ามันยากพูดนะมันง่าย ทำมันยาก ถ้าผู้ใดพูดเช่นนี้ก็เลยไม่ทำ เมื่อไม่ทำมันก็ไม่มีผล เมื่อผลไม่เกิดเลยเข้าใจว่ามันยุ่งยาก เพราะพูดเองเออเองทั้งนั้น ถ้าได้ลงมือปฏิบัติอย่างจริงๆ จังๆ แล้วผลการปฏิบัติไม่มีค่อยว่ามันยาก ถ้าใครว่าง่าย มันก็ง่าย พอไปบอกว่ามันง่าย ท่านทำได้เราต้องทำได้ ผู้คิดได้ดังนี้ ก็เกิดความอาจหาญ กล้าหาญลงมือปฏิบัติ ผู้ปฏิบัติย่อมมีผล ย่อมมีคำตอบอยู่ในเรื่องการปฏิบัตินั่นแหละ ผู้นำไปปฏิบัติผลจะเกิดมากหรือน้อย อยู่ที่แยบคายของผู้ปฏิบัติ ใครวางเฉยต่อธรรมไม่สนใจ ใครว่าธรรมนั้นเป็นเลิศต่อชีวิตก็ทำหูทวนลมเลย คือ มืดมาแล้วมืดไป ผู้มีปัญญาท่านยกหัวข้อธรรมมากล่าวก็เข้าใจ พระอัสชิ สอนอุปติสสะว่า ธรรมทั้งหลายเกิดมาจากเหตุและความดับ ดับด้วยการละเหตุแห่งธรรมนั้นพูดแค่นี้บรรลุธรรมเป็นพระโสดาบันแล้วลักษณะเช่นนี้เป็นการฝึกจิตให้เป็นสมถะและวิปัสสนาด้วยการฟัง รู้แจ้งแทงตลอดเพราะการได้ยินได้ฟังอย่างนี้จะไม่ให้เรียกว่าง่าย จะให้เรียกว่าอย่างไรล่ะ

# จิตเกเรก็ยังฝึกได้

จิตเกเรก็เหมือนเด็กเกเร ให้ทำอย่างหนึ่งไปทำอีกอย่างหนึ่ง จิตเกเรก็เป็นเช่นนั้น ถ้าเดินจงกรมหรือนั่งสมาธิ ให้นึกพุทโธมันไป นึกถึงบ้านลูกหลาน ไร่นาไปโน้น คนนั้นไม่ดี คนนี้ไม่ดี ไม่ถูกโฉลก ไหนว่าเป็นนักปฏิบัติทำไมเป็นอย่างนี้ ไปวุ่นวายแต่สิ่งอื่น ก็เลยเบื่อ ไม่อยากภาวนา จิตเกเรเวลานั่งสมาธิเอาไม่ค่อยจะอยู่มันชอบการเดินมากกว่า แต่เดินจงกรมก็มี ๓ ท่าคือ ท่าสโลว์ ขวาพุท... ซ้ายโธ... ท่าเดินปกติเหมือนเดินไปมาปกติ ขวาพุทซ้ายโธ เช่นเดียวกัน ท่าเดินรีบๆ เหมือนวิ่งออกกำลังกายใช้ขวาพุท ซ้ายโธเหมือนกัน ผู้ปฏิบัติต้องรู้จักสังเกตว่าจิตชอบอะไร ชอบท่าใด ก็นำท่านั้นมาปฏิบัติเป็นหลัก ถ้าจิตมันชอบจิตจะเพลิดเพลินอยู่กับบริกรรมพุทโธ ต้องจับใส่พุทโธให้ได้ เหมือนจับม้าใส่บังเหียน มันจะดีดดิ้นกระโดนโลดเต้น เหมือนม้าป่านั่นแหละ พอม้าเหนื่อยก็ยอมให้จับ ถ้าจิตเหนื่อยก็จะยอมอยู่กับพุทโธ พอพุทโธ พุทโธไปก็จะเกิดความเอร็ดอร่อย จนการบริกรรมนั้นเพลิดเพลินจนอิ่มใจแล้ววางพุทโธเหมือนม้ากินหญ้าเพลิน เอร็ดอร่อยอิ่มท้องแล้ววางหญ้า ยืนนิ่งๆ หลับสบายๆ ตื่นขึ้นมาก็กินหญ้าอีก เพราะชอบรสชาติของหญ้ากินหญ้าเพลินอีก จิตที่วางพุทโธแล้วนิ่งอยู่เหมือนหลับ แต่รู้อยู่ พอจิตถอนออกมาชอบใจพุทโธเพราะได้รับความอิ่มอก อิ่มใจ ความอิ่มใจอันเกิดจากการบริกรรมพุทโธ มันประณีต

สุขุมลุ่มลึก ที่ไม่เคยได้ลิ้มรสเช่นนี้มาก่อน จึงเกิดความอยากรู้อยากเห็นขึ้นมาว่า ทำไมพุทโธจึงให้ความสุข ประณีตสุขุม ลุ่มลึกได้ถึงเพียงนี้ ทำไมจึงมีอานิสงส์ที่ประมาณค่าไม่ได้

## ปริญญาใจ

พระพุทธองค์ทรงตรัสว่าความสุขอันเกิดจากสมาธิของสมถะนั้น เป็นความสุข ที่เล็กน้อย แต่ความสุขอันเกิดจากปัญญาญาณหรือปริญญาสามนั้นอันประมาณค่ามิได้ ปริญญา ๓ เป็นไฉน คือต้องรอบรู้ความคิดสารพัดต้องรวดเร็วเร่งรัดงานทางจิต ต้องล่วงรู้หลายแบบให้แยบคาย ทุ่มใจกายพิชิตอุทิศธรรม

พระองค์ให้กำหนดรู้ ให้ล่วงรู้ตามสภาวะ ให้รู้ลักษณะที่เป็นเอง คือ ญาตปริญญา ให้กำหนดรู้จิต รู้ด้วยการพิจารณาจิต รู้ว่าเป็นไตรลักษณ์คือ ตีรณปริญญา ให้กำหนดล่วงรู้ถึงคุณและโทษรู้ด้วยความละได้ ปิดทางฉันทะ ราคะ ละนิจจสัญญา ในสิ่งนั้นๆ เสียได้ คือปหาณปริญญา ญาตปริญญา ตีรณปริญญา ปหาณปริญญา ปริญญา ๓ ประการนี้คือปริญญาใจ มิใช่ปริญญากระดาษ ต้องเรียนเอง ศึกษาปฏิบัติเป็นครูสอนเอง ให้คะแนนเอง สอบผ่านหรือไม่ผ่าน ก็ตัดสินใจเองทั้งนั้น นี่คือปริญญาจิตในพระพุทธศาสน์

# ในพหุลานุสาสนี

พระบรมศาสดาทรงแสดงธรรมมิกกถาที่มีปริมาณมาก ว่าดูกรผู้ปฏิบัติทั้งหลาย ศีล ผู้ปฏิบัติมีเจตนารมณ์มีอาการอันน่าสำรวม มีอินทรีย์สังวรมีอาการอย่างนี้ สมาธิ ผู้ปฏิบัติมีเจตนารมณ์ มีอาการอันสงบ มีความเพียร มีอาการอย่างนี้ ปัญญา ผู้ปฏิบัติมีเจตนารมณ์ มีมนสิการที่แยบคาย มีอาการอย่างนี้ สมาธิที่ศีลเป็นฐานที่ตั้ง ย่อมเป็นเหตุให้เป็นไป ย่อมมีผลใหญ่ มีอานิสงส์ใหญ่ ปัญญาที่มีสมาธิเป็นฐานที่ตั้ง เป็นเหตุให้เป็นไป ย่อมมีผลใหญ่ มีอานิสงส์ใหญ่ จิตที่มีปัญญาอบรม ให้ดีถึงที่สุดแล้ว ย่อมหลุดพ้นโดยชอบอย่างแท้จริง พ้นจากการอาสวะทั้ง ๓ คือ พ้นจากกามาสวะ พ้นจากภวาสวะ พ้นจากอวิชชาสวะ เป็นสัมมาทิฐิดำริชอบ ปลงภาระลงได้แล้ว ประโยชน์ของตนถึงแล้วโดยชอบหลุดพ้น เพราะมารู้ว่าการฝึกจิตโดยชอบ เพราะมาพิจารณาจิตด้วยความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌา และโทมนัสในจิตเสียได้ เพราะรู้ความเป็นจริงในกาย อบรมจิต รู้ธรรมตามความเป็นจริงโดยชอบในปัจจุบัน เข้าถึงอยู่ รู้ชัดว่า ชาติสิ้นแล้ว พรหมจรรย์อยู่จบแล้ว กิจที่ควรทำได้ทำเสร็จแล้ว กิจอื่นเพื่อความเป็นอย่างนี้มิได้มีก็แล ภิกษุนั้นได้เป็นพระอรหันต์ในศาสนานี้ ขี่ม้าป่าข้ามโลก ก็เป็นการเปรียบระหว่างฝึกจิตและฝึกม้าป่าให้เกิดประโยชน์ในปัจจุบัน

ธรรม เกิดตามจริตนิสัยของผู้ปฏิบัติเจริญสติปัฏฐาน ๔ เหมือนกัน ธรรมอันเกิดขึ้นมา หากมีความแตกต่างกันเป็นปัจจัตตัง คือ ธรรมอันผุดขึ้นมาเฉพาะตนผู้ศึกษาและปฏิบัติจะเห็นได้ด้วยตนเอง ให้ผลได้ทั้งกลางวันและกลางคืน จงตั้งใจปฏิบัติเถิด โอปานยิโก ควรน้อมจิตเข้ามาดูในตน จักรู้ได้เฉพาะปัญญาแห่งตนดังนี้

## มืดแปดด้าน

ม้าป่าที่ฝึกหัดไว้ดีแล้วก็กลายเป็นม้าป่าที่แสนรู้ อำนวยความสะดวกในการเดินทางไปในที่ที่ต้องการ เลยกลายเป็นพระเอกขี่ม้าขาวไปซะแล้ว ม้าเราเป็นสัตว์ป่ายังเอามาฝึกได้ จิตของคนเราก็ย่อมฝึกได้ ผู้ใดได้ฝึกจิตของตนคือ เป็นคนไม่ประมาท ผู้ไม่ประมาท คือ ไม่เกิดไม่ตาย ผู้ประมาทคือผู้ไม่ยอมฝึกจิตของตน ต้องเวียนว่ายตายเกิดอีกยาวนาน ไม่มีที่สิ้นสุดหนทางยาวไกล ขี่ม้าป่าข้ามโลกจบลง ยังเดินจงกรมด้วยความปลาบปลื้มปีติ กับความรู้ ๔ ความเห็นที่เกิดขึ้นสอนจิตใจให้รู้ทันดีชั่ว บาป บุญ ขณะเพลินอยู่กับปีติสุขอยู่นั้นมีคำพูดขึ้นจากใจว่า มืดแปดด้าน มืดแปดด้าน หมายถึงอะไร

มืดแปดด้าน มืดที่ว่านี้ไม่ใช่กลางคืน ไม่ใช่ในถ้ำไม่ใช่อยู่ในที่มืดๆ มืดแปดด้านหมายถึง ความไม่รู้ไม่เข้าใจ ไม่รู้เรื่องแปดอย่าง แปดอย่างคืออะไร ไหนลองอธิบายมาซิ แปดอย่างคือ รูป ๔ นาม ๔ รูปอะไร นามอะไร รูปคือ ตัวคน นามคือใจคน ไหนว่า รูป ๔ นาม ๔ ทำไมมีแค่สอง ก็ยังไม่ได้แยก ก็แยกมาซิ เดี๋ยวแยกให้ดู รูปคือตัวของคน พระพุทธองค์แยกออกไว้ ๔ อย่างคือ ธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุลม ธาตุไฟ รวมเป็น ๔ ธาตุ ใจคนก็แยกออกไว้ ๔ คือ เวทนาธาตุ สัญญาธาตุ สังขารธาตุ และวิญญาณธาตุ นามธาตุรวมเป็น ๔ รูปธาตุมี ๔ ธาตุ รวมกันเป็น ๘ ธาตุ ทั้ง ๘ ธาตุนี้ มนุษย์มีเป็นสมบัติ จึงเรียกว่า มนุษย์สมบัติ เพราะเป็นสมบัติของแต่ละคน ทุกคนมี ๘ ธาตุเท่ากันหมด ไม่มีใครได้เปรียบ เสียเปรียบ แต่มนุษย์ไม่รู้เรื่องธาตุทั้ง ๘ ของตน ตามความเป็นจริงจึงเรียกว่า มืดแปดด้าน ไม่ว่าจะเป็นด้านรูป ๔ ด้านนาม ๔ ธาตุทั้ง ๘ นี้กลับมองเห็นว่าเป็นเรา เป็นของของเรา หรือมองเห็นว่าเป็นเขา เป็นของของเขา เลยกลายเป็นความเห็นผิดๆ ถือมั่นผิดๆ กลายเป็นมิจฉาทิฐิ กลายเป็นความเห็นผิด ถือผิด เพราะไม่รู้ตามความเป็นจริง ความไม่รู้คือความมืด ที่ได้เรียกว่า มนุษย์ผู้มืดทั้ง ๘ ด้าน อ๋อ..... มืดเพราะไม่รู้ธาตุทั้งแปดนั่นเอง ไม่รู้จริงๆ นะ

## รู้แบบไหนจึงเรียกว่ารู้จริง

คำว่า รู้รูป รู้อย่างไร พระพุทธเจ้ารู้ว่าคนหรือมนุษย์ชาวโลกเขาสมมุติขึ้นมาใช้เรียกเท่านั้น แต่ก็เป็นจริงในเรื่องสมมติเท่านั้นจริง ๆ คือไม่มีสมมุติ ถ้าไม่สมมุติก็ไม่ทราบจะเรียกอย่างไร จึงต้องสมมุติขึ้นมา ใช้เรียกในโลกใบนี้เท่านั้น แต่ด้วยความมืดไม่เข้าใจของตน จึงเอาเป็นจริงเป็นจังในสมมุติ เลยไม่ยอมศึกษาหาความจริง เมื่อไม่รู้ความจริงจึงพากันแสดงละครบนเวทีโลกไปจบตอนเข้านอนในโลงให้เขาเอาไปเผาไฟ ปิดฝาโลงหยุดการแสดงมืดมาแล้วมืดไปจริงไหม เออจริง พระพุทธองค์ตรัสว่ามีความจริงอยู่ในคน ๔ อย่างคือ ธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุลม ธาตุไฟ ธาตุทั้ง ๔ นี้รวมตัวกันเข้าเรียกว่าคน ธาตุคือความจริง เบื้องต้นความแปรปรวนเปลี่ยนแปลงเป็นความจริงในท่ามกลางความแตกดับลงไปคือความจริง จริงในที่สุด ธาตุก็เป็นธาตุในเบื้องต้น ธาตุก็เป็นธาตุไม่ใช่สัตว์บุคคล ในท่ามกลาง ธาตุก็เป็นธาตุ ไม่ใช่เราไม่ใช่เขา นี่คือความจริง ความจริงหรือเรื่องจริงในที่สุดของธาตุ แต่รูปธาตุเป็นธาตุระหว่างมารดาบวกกับบิดาผสมกัน เป็นก้อนธาตุอยู่ในครรภ์ของมารดา ๙ เดือน นามธาตุจึงเข้าอาศัยในรูปธาตุนั้น ครั้นคลอดออกมามารดาบิดาจึงมีความรักความเอ็นดู มีความพอใจ เพราะคิดว่าเขาเพาะพันธุ์ติดแล้ว ผสมพันธุ์ติดแล้ว จึงทะนุถนอมเลี้ยงดูอุ้มชูจนเติบใหญ่ นี่คือผู้มีพระคุณ

ทำงานหลังสู้ฟ้า หน้าสู้ดิน ดิ้นรน ปากกัดตีนถีบ เพื่อลูกส่งเสียให้เรียนประคับประคอง จนลูกมีเหย้า มีเรือน แม้มีเหย้ามีเรือนแล้วได้ลูกออกมาอีก ยังตามไปเลี้ยงหลานอีก นี่คือหัวอกแม่ เราทุกคนได้มีบุญมีวาสนาที่มีมารดาบิดาเป็นคนดีมีศีลธรรม จึงได้มีโอกาสได้มองโลก ถ้าบิดามารดาเป็นคนไม่มีศีลธรรมก็จะหักคอให้ตายตั้งแต่ในครรภ์ หรือกินยาฆ่าออกเสีย บางทีก็ไปให้นางมารร้าย บีบหัว หักคอให้ตายแท้งออกมา ไม่มีโอกาสลืมตามองโลกเลย ถ้าไปเกิดในครรภ์แม่ใจยักษ์คลอดออกมา แล้วมันยัดใส่ถุงขยะดำ มัดปากให้ดีแล้วโยนลงถังขยะ ถ้าใครเกิดในครรภ์นางมารร้าย เป็นเสร็จทุกราย

ท่านทั้งหลายที่อยู่วัยเด็กวัยกลางคนหรือวัยสูงอายุที่มีโอกาสได้โลดแล่นอยู่ในโลกนี้ก็เพราะบิดามารดาเป็นคนดีมีศีลธรรม แต่ก็เป็นโอกาสทองที่จะทำดีตอบแทน ตัวของเรา แต่เป็นสมบัติของท่าน ถ้าเราไปทำในสิ่งที่ไม่ดีท่านจะเศร้าใจ ถ้าเราทำ ความดีท่านก็ชื่นใจ เมื่อเห็นก้อนสมบัติของตนทำดี มีคนชมก็ดีอกดีใจยิ้มน้อยยิ้มใหญ่ แม้ตัวเราจะโตเป็นหนุ่มเป็นสาวแล้วแม่ก็ยังฟูมฟักเอาใจใส่ตลอด พระคุณนี้จะมีอะไรเทียบ

# พระบรมศาสดาทรงตรัสสรรเสริญว่า

พรหมาติเทวตา มาตาปิตโร. : มารดาบิดาเป็นบุรพพรหม บุรพเทพเป็นพรหมของบุตร เมตตาบุตร บุรพเทพปกปักรักษา บุตรอยู่ตลอดเวลา

มาตามิตตํ สเกฆเร. : มารดาบิดาเป็นมิตรแท้ในเรือนของเรา

ปุพฺพาจริยติ อุจฺจเร : มารดาบิดาเป็นบุรพาจารย์พร่ำสอนบุตรธิดาก่อนใครๆ

อาหุเนยยา จปุตฺตาหํ : มารดาบิดาเป็นพระอรหันต์ของบุตร มารดาบิดาเป็นแพทย์ เป็นพยาบาลคอยฟูมฟักรักษาเวลาไม่สบาย เป็นธนาคารพิเศษเบิกเงินได้ตลอดเวลา มารดาบิดาเป็นต้นกัลปพฤกษ์ นึกอยากได้สิ่งใดๆ เราย่อมได้ บิดามารดาเป็นเข็มทิศธรรม ช่วยชี้นำทางแห่งชีวิตให้ก้าวไกล ได้ถนอมกล่อมเกลี้ยงเลี้ยงบำรุงบุตรธิดาด้วยเมตตาสถาพร ขอแต่ลูกได้ดิบได้ดีพ่อแม่ก็พอใจ เพราะความเมตตากรุณาอันเหลือล้นของบิดามารดาสุดจะคณานับ

# พระคุณของมารดาบิดา

ผู้เจริญด้วยปัญญาได้ประพันธ์คำกลอนสอนใจเอาไว้ว่า

แม่สละสวย สละสาว คราวอุ้มท้อง
แม่ไม่ร้อง ไม่บ่น แม่ทนได้
เฝ้าถนอม จนครรภ์แก่ แม่เต็มใจ
จะหาใคร เหมือนแม่ แพ้ทุกคน
ครบสิบเดือน เคลื่อนคลอด รอดชีวิต
แม่ใกล้ชิด ลูกน้อย คอยฝึกฝน
แม่ลำบาก อย่างไร ใจแม่ทน
สายเลือดข้น เต้าแม่กลั่น ปันลูกกิน
แม่ป้องริ้น ป้องไร มิให้ผ่าน
แม่สงสาร ห่วงลูกยา กว่าทรัพย์สิน

แม่เห่กล่อม ยามนิทรา แม่อาจิณ

แม่ไม่ผิน ไม่ผัน ทุกวันนา

คราลูกหิว แม่หิวกว่า น้ำตาร่วง

แม่เป็นห่วง ดิ้นรนหา เอามาให้

แม้แม่อด หมดข้าวปลา ไม่ว่าไร

แม่สละได้ ลูกอิ่มแปล้ แม่ทนเอา

ใครไหนเล่า เฝ้าอบรม บ่มนิสัย

แม้เติบใหญ่ ไม่ท้อถอย คอยนั่งเฝ้า

พระคุณเลิศ ลูกโศกศัลย์ ช่วยบรรเทา

ใครไหนเล่า รักมั่น แม่ฉันเอง

อันพระคุณ ใครใคร ในพิภพ

ยังรู้จบ แจ้งคำ มาพร่ำขาน

แม่มีคุณ ต่อบุตร สุดประมาณ

| | | |
|---|---|---|
| ขอกราบกราน | ระลึกถึง | ซึ่งพระคุณ |
| พระคุณแม่ | เลิศฟ้า | มหาสมุทร |
| พระคุณแม่ | สูงสุด | มหาศาล |
| พระคุณแม่ | เลิศหล้า | สุธาธาร |
| ใครจะปาน | แม่ฉัน | นั้นไม่มี |
| ทั้งสามภพ | ยกมาตั้ง | ขึ้นชั่งเปรียบ |
| หนักไม่เทียบ | พระคุณแม่ | สุดแลหา |
| ถึงอบอุ่น | สุริยัน | และจันทรา |
| อกมารดา | อิงอุ่น | กว่าสูรย์จันทร์ |
| ถึงธารทิพย์ | หลั่งไหล | มาให้ดื่ม |
| ไม่ปลาบปลื้ม | ซาบซ่าน | เท่าธารถัน |
| ถึงนางฟ้า | มาคอยอุ้ม | ช่วยคุ้มกัน |
| ไม่เทียมทัน | สองตาแม่ | เฝ้าแลมอง |

# มนุษย์สมบัติคือสมบัติของมารดาบิดา

ก็พึ่งจะรู้นี่เองว่า มนุษย์เป็นสมบัติของมารดาบิดา จึงมีความรักลูก หวงลูกเหมือนงูจงอางหวงไข่ จึงทะนุถนอมอย่างกับไข่ในรัง กล่อมเกลี้ยงเลี้ยงดูฟูมฟักเทหัวใจ เทความหวังไปยังลูกหมดสิ้นจนสามารถตายแทนลูกได้ อนิจจาเราเพิ่งรู้ว่ามารดาบิดาได้ทุ่มเทความหวังมาไว้ที่เรา สลดสังเวชใจ เมื่อมารู้ความจริง แต่ก็เกิดความปีติซาบซ่าน เพราะมารู้ความจริงเป็นความสุขที่ไม่เคยมีมาก่อน ประณีตสุขุมลุ่มลึก นึกถึงคุณพระพุทธเจ้าผู้ค้นพบความจริงและวางแนวทางให้ปฏิบัติตาม รู้ตาม เห็นตาม ได้วางแนวทางให้ปฏิบัติ โดยมิได้หวังค่าตอบแทนใดๆทั้งสิ้น พระอริยสงฆ์ ผู้ทรงธรรมวินัยไว้ให้ปฏิบัติ ไว้ให้ศึกษา นึกถึงคุณครูอุปัชฌาย์ คุณมารดาบิดาอย่างท่วมท้น

ผู้ให้กำเนิดเกิดมาเป็นมนุษย์ ชุบเลี้ยงมาจนเติบใหญ่นึกถึงคุณของพระราชามหากษัตริย์ที่ท่านรักษาแผ่นดินไว้ให้เราได้เกิดทะนุบำรุงพระพุทธศาสนารักษาพระธรรม คำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าไว้ให้เราได้มีโอกาสศึกษา และได้พิสูจน์ด้วยการปฏิบัติจึงได้มีวันนี้สำหรับเรา นึกถึงบุญคุณของครูบาอาจารย์ผู้ชี้ทางสติปัฏฐาน ๔ ว่า ๗ วันย่อมมีผลอย่างใดอย่างหนึ่ง เพราะ ๗ วันนี้แหละคือแรงบันดาลใจ โดยเฉพาะคุณของมารดาบิดา ทำอย่างไรหนอพ่อแม่จะ

ได้รู้เห็นเช่นนี้ อยากให้คุณพ่อคุณแม่ได้รู้ได้เข้าใจได้ความสุขเช่นนี้ ตั้งแต่เกิดจนถึงปัจจุบันเพิ่งมีความกตัญญูรู้คุณของมารดาบิดาอย่างแรงกล้า อยากตอบแทนคุณด้วยธรรม ซึ่งเป็นความสุขอันแท้จริง การที่มีความสุขทางครอบครัวก็ยังไม่รู้ซึ้งถึงคุณของท่านอย่างนี้ คิดขึ้นมาน้ำตาไหลอาบแก้มทั้งสองข้าง เดินจงกรมไปน้ำตาก็ไหลอาบหน้าไป เพราะนึกถึงพระคุณอันประเสริฐ ท่านทั้งสองซึ่งประมาณค่ามิได้ เพียงเข้าใจรูป ๔ หรือธาตุ ๔ ตามเป็นจริงยังรู้คุณของทุกสิ่งไปหมด น่าอัศจรรย์จริงถ้ารู้นาม ๔ อีกอย่างจะอัศจรรย์มากขนาดไหน คงมีความกตัญญูเพิ่มขึ้นอีกเท่าตัวแน่ๆ

## อยากรู้ว่านาม ๔ คืออะไร

ถาม นาม ๔ เป็นอย่างไร ว่ามาซิ ธาตุ ๔ เข้าใจแล้วนะ โอเคๆ เข้าใจแล้ว อยากรู้นาม ๔ ว่ามา นามคือใจ ใจเป็นนาม มีแต่ชื่อเป็นธาตุที่ละเอียดจับต้องไม่ได้ สัมผัสด้วยมือไม่ได้ แต่เป็นความรู้สึกเท่านั้น มันเป็นลักษณะเช่นนี้ มันมีอยู่แน่ๆ พระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้จำแนกออกเป็น ๔ ขันธ์ คือ เวทนาขันธ์ สัญญาขันธ์ สังขารขันธ์ วิญญาณขันธ์ เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ ด้านของนาม ดิน น้ำ ลม ไฟ ด้านรูป นับรวมกันจึงเป็น ๘ ผู้ไม่รู้ไม่เข้าใจเรียกว่า มืดแปดด้าน เพราะด้านรูปก็ไม่รู้ ด้านนามธรรมก็ไม่รู้ สมควรเรียกว่า

มืดแปดด้าน ถ้าเรียกขันธ์นั้นมีอยู่ ๕ ขันธ์ คือ รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ ต้องทำความเข้าใจนาม ๔ ให้ดีก่อน จะได้เข้าใจง่ายๆ เวทนา คือ ความรู้สึก สุข ทุกข์ ไม่สุข ไม่ทุกข์ อาการ ๓ อย่างคือเวทนา เข้าใจไหม เข้าใจๆว่าต่อ ความจำคือ จำรูป จำเสียง จำกลิ่น จำรสได้ เรียกสัญญา ความนึกคิดปรุงแต่งเรื่องอดีต เรื่องอนาคต ตลอดถึงว่าคนนั้นสวย ไม่สวย อันนี้ท่านเรียกว่า สังขาร วิญญาณ ท่านแยกไว้ ๖ คือ ตาเห็นรูป คือจักขุวิญญาณ หูได้ยินเสียง คือโสตวิญญาณ จมูกรู้กลิ่น คือ ฆาณวิญญาณ ลิ้นรู้รส คือชิวหาวิญญาณ กายแตะต้อง คือ กายวิญญาณ ใจสัมผัสอารมณ์ คือ มโนวิญญาณ พูดสั้นๆ คือ จักษุวิญญาณ โสตวิญญาณ ฆานะวิญญาณ ชิวหาวิญญาณ กายวิญญาณ มโนวิญญาณ นี้เรียกว่าวิญญาณ ๖ ที่พระพุทธองค์เรียกวิญญาณ ๖ เพราะว่ามันเกิดตามสัมผัสของทวารทั้ง ๖ หรือเรียกอีกอย่างว่า รู้ว่ารูป รู้ว่าเสียง รู้ว่ากลิ่น รู้ว่ารส รู้ว่ากายถูก รู้ว่าใจสัมผัส รู้เกิด ดับ ตามทวารเวทนา สัญญา สังขาร และวิญญาณ๖ คือ ตัวจริงนามธรรม เข้าใจหรือยัง เข้าใจหรือยัง เข้าใจๆ จำได้หรือยัง จำได้ๆ

สิ่งเหล่านี้เขาทำงานกันเป็นทีม แต่เขาทำหน้าที่ใครหน้าที่มัน ไม่ได้ก้าวก่ายกัน เวทนาทำหน้าที่ สุข ทุกข์ ไม่สุข ไม่ทุกข์ สัญญาทำหน้าที่เป็นความจำ สังขารทำหน้าที่ปรุงแต่งเป็นเรื่องๆ วิญญาณทำหน้าที่รู้เท่าทันสัมผัสทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ รับผิดชอบสิ่ง

นั้นๆ ความจริงที่จักต้องทำความเข้าใจให้จงดี อันพระผู้มีพระภาคเจ้าย้อนถาม ปัญจวัคคีย์ ว่า

ถาม ๑ รูป เที่ยงหรือไม่เที่ยง ตอบไม่เที่ยงพระเจ้าข้า ๒ สิ่งใดไม่เที่ยง เป็นสุขหรือเป็นทุกข์ ตอบเป็นทุกข์พระเจ้าข้า ๓ สิ่งไม่เที่ยงเป็นทุกข์ควรหรือที่จะต้องตามเรียกสิ่งนั้นว่าเป็นเรา เป็นของเรา ตอบไม่ควรพระเจ้าข้า

ถาม ๑ เวทนา เที่ยงหรือไม่เที่ยง ตอบ ไม่เที่ยงพระเจ้าข้า ถาม ๒ สิ่งใดไม่เที่ยงเป็นสุขหรือเป็นทุกข์ ตอบ เป็นทุกข์พระเจ้าข้า ถาม ๓ สิ่งใดไม่เที่ยงเป็นทุกข์ ควรหรือที่จะตามเรียกสิ่งนั้นว่าเป็นเรา เป็นของเรา ตอบ ไม่ควรพระเจ้าข้า ต้องมีแยบคายในการอ่านการฟังถึงจะเข้าใจ

ถาม ๑ สัญญา เที่ยงหรือไม่เที่ยง ตอบ ๑ ไม่เที่ยงพระเจ้าข้า ถาม ๒ สิ่งใดไม่เที่ยงเป็นสุขหรือเป็นทุกข์ ตอบ ๒ เป็นทุกข์พระเจ้าข้า ถาม ๓ สิ่งใดไม่เที่ยงเป็นทุกข์ ควรหรือที่จะต้องตามเรียกสิ่งนั้นๆว่าเป็นตัวเราเป็นของเรา ตอบ ๓ ไม่ควรพระเจ้าข้า

ถาม ๑ สังขาร เที่ยงหรือไม่ ตอบ ๑ ไม่เที่ยงพระเจ้าข้า ถาม ๒ สิ่งใดไม่เที่ยงเป็นสุขหรือเป็นทุกข์ ตอบ ๒ เป็นทุกข์พระเจ้าข้า ถาม ๓ สิ่งใดไม่เที่ยงเป็นทุกข์ สมควรอยู่หรือที่จะตามเรียกสิ่งนั้นว่าเป็นตัวเรา เป็นของเรา ตอบ ๓ ไม่ควรพระเจ้าข้า

ถาม ๑ วิญญาณ เที่ยงหรือไม่เที่ยง ตอบ ๑ ไม่เที่ยงพระเจ้าข้า ถาม ๒ สิ่งใดไม่เที่ยงเป็นสุขหรือเป็นทุกข์ ตอบ ๒ เป็นทุกข์พระเจ้าข้า ถาม ๓ สิ่งใดไม่เที่ยงเป็นทุกข์ ควรหรือที่จะตามเรียกสิ่งนั้นๆ ว่าเป็นเรา เป็นของๆเรา คำตอบสุดท้ายว่าไม่ควรพระเจ้าข้า ขอท่านผู้อ่านได้โปรดใคร่ครวญไตร่ตรองดูเถิดจักเกิดปัญญา

มรรคมีองค์แปด มรรค คือ ทางเดินของจิต มรรคญาณ คือ ปัญญาญาณอันหยั่งรู้ รูป ๔ นาม ๔ ตามความเป็นจริงแห่งรูปนาม ผู้ปฏิบัติถ้าไม่รู้ ๘ อย่างนี้ก็เชื่อว่ามืดมาแล้วมืดไป มืดแปดด้าน การเกิดญาณหยั่งรู้นั้นเกิดจากการปฏิบัติ เกิดจากการถามตอบ เกิดจากการสนทนา เกิดจากการฟัง จากเห็น จากรู้ จากเข้าใจเหมือนกันทั้งหมด ชื่อว่ามืดมาแล้วสว่างไป เข้าใจ อ๋อ ๆ ๆ ๆ ก็สิ่งใดสิ่งหนึ่งที่กล่าวมาแล้วทั้งหมดนั้นย่อมเกิดขึ้นตามเหตุตามปัจจัยเป็นธรรมดาแต่สิ่งทั้งหลายทั้งปวงที่ได้กล่าวมานั้นก็ล้วนแต่ดับลงไปเป็นธรรมดาใช่ไหม โอ้เก่งๆ ๆ ๆ พระอัญญาโกญฑัญญะ ก็เห็นว่า ยังกิญจิสมุทยธัมมัง สัพพันตัง นิโรธ ธัมมันติ ซึ่งแปลความออกมาว่า สิ่งใดสิ่งหนึ่งมีความเกิดขึ้นเป็นธรรมดาสิ่งทั้งปวงนั้นล้วนดับไปเป็นธรรมดา พระพุทธองค์จึงตรัสว่า อัญญาสิ อัญญาสิ วตโภ โกณฑัญโญ ความว่า อัญญาโกญฑัญญะรู้แล้วหนออัญญาโกญฑัญญะ รู้แล้วหนอ ดังนี้แล

# ปลวกดำบอกกันให้หลีกทาง

๑๖ นาฬิกาหยุดพัก ไปฉันน้ำปานะที่ศาลา สนทนากันเรื่องแนวทางปฏิบัติพรุ่งนี้ ก็จะเดินทางกลับ เมื่อเสร็จภัตกิจตอนเช้าคืนนี้เป็นคืนสุดท้ายที่ตั้งสัจจะอธิษฐานไว้ ๗ วัน กลับเข้าทางจงกรมระหว่างกลางทางจงกรมนั้นมีปลวกตัวดำๆ เดินตัดทางจงกรมไปอีกฝั่งเป็นแถวยาว เดินจงกรมไปถึงปลวกจึงพูดขึ้นว่า มดปลวกเอ๋ยจงหลีกทางเดินจงกรมนะ เดี๋ยวจะเผลอเหยียบตาย พูดแล้วก็เดินข้ามฝูงปลวกไป สุดทางแล้วก็กลับ พอมาถึงตรงที่ปลวกเดินนั้นได้ยินเสียงปลวกพูดว่า พระกรรมฐานมาแล้วหลีกทางๆ เดี๋ยวจะเป็นบาป เอะใจ ปลวกก็ยังรู้จักบาปบุญอยู่หนอ คนบางพวกยังไม่รู้เรื่องบาปบุญเลย เขาเป็นปลวกเขายังรู้ที่กลางทางจงกรม เสียงบอกกันว่าแยกกันตรงนี้มันแยกกันกลางทางพอดี ส่วนที่เดินไปข้างหน้าเดินเร็วฉับๆไปเลย ส่วนที่เดินกลับก็อู้ โอ้เอ้กันอยู่นาน ดูแล้ว เหมือนคนแย่งกันเข้ามารับของแจก จึงสงสัยว่าปลวกทำไมมัน พูดภาษาคนได้พูดให้เราได้ยินเลย แปลกแต่ก็เป็นเรื่องจริงๆ

## นกพูดภาษาคน

เวลาพลบค่ำมีนกคู่หนึ่งมานอนบนต้นไม้ข้างๆทางจงกรมเสียงคุยกันจ๊อกแจ๊ก พูดกันไม่ยอมหยุด เอ....นกคู่นี้คุยอะไรกันนักหนาก็หยุดยืนฟัง เห็นเรายืนอยู่ นกเลยพูดภาษาคนให้เราได้ยินว่าพระกรรมฐานองค์นี้เดิน ๒ วัน ๒ คืน ไม่ยอมหยุดเลย ขยันจริงๆนะพระดี ๆ อย่างนี้หาได้ยาก เราหัวเราะนกยังรู้จักชมคนเป็น แปลกนะภูเขาลูกนี้ นก ปลวก ก็พูดภาษาคนได้ อีกหน่อยต้นไม้ก็คงพูดกับเราได้ หรือว่าเราดันเข้าไปรู้ภาษาของเขา ไม่รู้นะ ดีใจนึกชมว่าเราขยัน จึงแผ่เมตตาให้เขาทั้งนก ทั้งปลวก พวกเจ้าพูดภาษาคนได้แล้ว ตายแล้วจะกลับมาเกิดเป็นคนให้เกิดในตระกูลสัมมาทิฏฐิ

## คณะทูตนกเขา

ขณะที่แผ่เมตตาให้นกน้อยและปลวกดำเสร็จ เห็นนกเขาฝูงหนึ่งเข้ามาขอเจรจา จึงบอกเขาไปว่า มาซิ มีอะไรก็พูดกันได้ คณะทูตนกเขาเจรจาต่อลองขอความช่วยเหลือว่า ขอความกรุณาได้โปรดให้ชีวิตแก่พวกข้าพเจ้าด้วยเถิด เอ๊ะ... หลวงพ่อก็เดินจงกรมอยู่นี้ไม่เคยคิดจะเอาชีวิตใครนะ หลวงพ่อรักชีวิตของตนเท่าไรสัตว์อื่นๆก็คงจะเหมือนกันตั้งแต่มาภาวนาอยู่ที่นี่ ๗ วัน ไม่เคยคิดจะเอาชีวิตคนอื่นเลย มีแต่แผ่เมตตาให้ไปเกิดเป็นมนุษย์ในตระกูล

สัมมาทิฏฐิเท่านั้น คิดอย่างไร มาจากไหน พวกข้าฯ มาจากบ้านหนองคู มาจากบ้านหลวงพ่อนั่นแหละเจ้าข้า เอ๊ะมันเอ่ยชื่อบ้านเราถูกนะ รู้จักบ้านหนองคูได้อย่างไร ก็มาจากบ้านหนองคูอยู่บนบ้านหลวงพ่อนั่นแหละ อือ งงๆ เล่ารายละเอียดออกมาซิ

พวกข้าฯเป็นนกเขาถูกขังอยู่ในกรงแขวนตามชายคารอบๆ เต็มบ้านท่านพ่อหมดเลย แล้วมันอะไรกับหลวงพ่อล่ะ ถ้าท่านพ่อบอกพวกเขาปล่อย เขาก็ปล่อย รู้ได้อย่างไรว่าเขาจะปล่อย เพราะเขาเชื่อท่านพ่อ ท่านพ่อก็บอกเขาว่า นกมาขอความเมตตาจากท่านพ่อแล้วท่านพ่อก็ถามนกในกรงว่า ตัวไหนที่ขันเสียงดีๆ เวลาเอาไปต่อไม่ยอมขัน เขาจะบอกท่านพ่อเอง ทำไมไม่ยอมขันเพราะอะไร พ่อต้องถามว่านกตัวไหนที่ขันเสียงดีๆ เวลาเอาไปต่อไม่ยอมขัน เขาจะบอกท่านพ่อเอง ทำไมไม่ยอมขันล่ะ เพราะอะไร เพราะเหตุที่ขันนั้น จักทำให้พ่อแม่บินเข้ามาติดเพนียด เขาก็เอาพ่อแม่ไปฆ่ากินเนื้อเสีย ถ้าเอาไปต่ออีก ถ้าเราขัน พี่ น้อง เพื่อนฝูง ก็จักบินเข้ามาติดเพนียด ให้เขาจับไปฆ่าอีก ผมจึงไม่ยอมขัน ผมจึงยอมตายตัวเดียวดีกว่า อื้อๆ เราเป็นนกที่มีความกตัญญูรู้คุณดีนี่ยอดนกกตัญญูจริงๆ เธอเป็นสัตว์เดรัจฉานแท้ๆ ยังมีความกตัญญูรู้คุณของพ่อแม่ แต่มนุษย์บางจำพวกนั้นเลวร้ายยิ่งกว่าสัตว์เดรัจฉานเสียอีก พวกหลุดจากอบายภูมิทั้ง ๔ มาเกิดน่าสงสาร จะให้หลวงพ่อพูดแบบไหนเขาจึงจะยอมปล่อยพวกเรานะ

## ทูตนกเขาแนะแนวใช้ลิ้นพูด

ทูตนกเขามันเรียกเราว่า ท่านพ่อๆ มันก็ฉลาดเรียกเหมือนกันนะเจ้านกเขา นกบอกว่าประโยคแรกท่านพ่อต้องถามว่า นกเขาตัวใดขันเก่ง เวลาเอาไปต่อมันไม่ยอมขัน เขาจะตกตะลึงว่า อ๊ะ...ทำไมท่านพ่อรู้แต่เขาจะบอกท่านพ่อเอง มันเก่งจริงหรือ โอ้...ขันเก่งจริงยามอยู่บ้านแต่ว่าเอาไปต่อซิไม่ยอมขัน ถามนกทำไมจึงขันอยู่ในบ้าน ถ้าตัวใดไม่ขันเขาจะเอาไปทำลาบกินหมด แต่ท่านบอกต้องบอกว่านกตัวนี้แหละได้นำทีมไปเจรจาขอให้มาบอก เขาไม่ขันเวลานำไปต่อเพราะพ่อแม่และญาติๆ ต้องมาตาย เพราะเขา เขาจึงไม่ยอมขัน เวลาอยู่บ้านถ้าไม่ขันก็จะถูกฆ่ากินเป็นอาหาร

## นกให้อุบายเจรจา

สมมติว่าตัวเราถูกยักษ์มาจับตัวไปขังเอาไว้ แล้วมันบอกว่าเราจะให้ชีวิตเจ้า แต่เจ้าต้องไปนำพ่อของเจ้ามาให้เรากินเป็นอาหาร และวันต่อๆไป ให้นำแม่มา พี่มา น้องมา และนำญาติๆมาให้เรากินทั้งหมด ลองคิดดูให้จงดีเถิดว่า เราจะไปตามพ่อแม่และญาติๆ

มาให้ยักษ์กินวันละคนๆ เพื่อให้ชีวิตตนอยู่รอด หรือจะยอมตายเพื่อให้หลาย ๆ ชีวิตได้รอดตาย คิดดูเอาเอง อะไรควร อะไรไม่ควร เราย่อมรู้อยู่แก่ใจของเราเอง เมื่อนกมันอุตส่าห์ดั้นด้นไปหาหลวงพ่อถึงจังหวัดอุดรธานี หนองคาย อ้อนวอนขอชีวิต ขอให้มาเจรจาให้ แต่หลวงพ่อก็เมตตาและได้ทำหน้าที่แล้ว จะปล่อยหรือไม่อยู่ที่เราตัดสินใจเองนะนี่เป็นกุสโลบายทูตานุทูต เจ้านกเขาเรื่องนี้มันเกิดขึ้นขณะเดินจงกรมตอนพลบค่ำ มันเกิดขึ้นมาเป็นเรื่องเป็นราวเป็นตุเป็นตะ มันน่าสงสัย จะต้องไปพิสูจน์ให้จงได้

## ตามไปพิสูจน์ความจริง

ขอลัดตอนเข้าสู่การพิสูจน์ก่อน เรื่องจะได้ต่อเนื่องกัน เรื่องที่คั่นรายการยังมีอยู่อีก อันนี้เป็นการยกเอาเรื่องมาเรียงกันเพื่อให้เรื่องจบสมบูรณ์เท่านั้น ตอนเช้าได้เข้าไปฉันในบ้านก็เห็นนกเขาแขวนอยู่เต็มไปหมด มีตามนั้นจริงๆ ทุกคนก็ดีใจ เห็นหลวงพ่อมาหาฉันที่บ้าน พอจัดอาหารลงในบาตรเสร็จ ก่อนให้พรก็ถามที่นกแนะให้ว่านกตัวใดที่ขันเก่งๆ เวลาเอาไปต่อแล้วไม่ยอมขัน เขาบอกตัวนี้ๆ ก็ได้พูดตามที่นกแนะมาทั้งหมด ผลปรากฏว่านกเขาเป็นสิบๆตัวถูกปล่อยไป เหลือนกต่อไว้ ๑ ตัว เป็นเรื่องแปลกแต่ก็เป็นเรื่องจริง ครั้นไปพักอยู่ถ้ำน้ำทิพย์ เดินทางจงกรม ตอนหัวค่ำก็มีนกเขาอีกฝูงหนึ่งมาขอ

ให้ไปช่วย บอกแล้วก็หายไป ไม่ได้บอกที่อยู่ รุ่งเช้าครูพรทิพย์ไปนิมนต์ไปฉันที่บ้าน ครั้นไปถึงบ้านแล้วก็ขอเข้าห้องน้ำ เห็นนกเขาขังเต็มหลังบ้านอยู่ ก็พูดให้ฟังเรื่องนกเขาไปขอความช่วยเหลือคำพูดเหมือนกันกับชุดก่อนนั้น คราวนี้พอตกเย็นๆ โยมนำนกเอาไปปล่อย ๓๓ ตัว แปลกแต่จริง (กลับมาฉายต่อคืนของวันที่ ๗) ขณะนั้นมันมืดสนิทแล้ว แต่ยังเดินจงกรมเพลินอยู่ กายก็เบา จิตก็เบา จิตไม่ปรุงแต่ง สักครู่จิตกะล่อนทองมันหาเรื่องให้เคืองขุ่นใจ หนีไม่พ้นเรื่องที่น่ากลัว เสือที่โดนยิงจะมากิน ผีกองกอย ผีกระสือ มันคิดเรื่องอะไรขึ้นมาก็เกิดขนลุก ขนลุกขนพองสยองเกล้าขึ้นมาครั้งแล้วครั้งเล่า จึงเอะใจขึ้นมาว่า รู้ความเชื่อมโยงโดยธรรมชาติ เอ...ก็เข้าใจแล้วนา ขนลุกขนพองเพราะความกลัวยังมีอยู่ เรามิได้กลัว ทำไมอาการแห่งความกลัวยังมีอยู่ จึงมีคำตอบผุดออกมาว่า ใครบอกว่าเป็นความกลัว สังเกตดูเวลาเขาผ่ามะนาวแล้วเขาก็บีบมะนาวให้ไหลออก เรามองดูเขาบีบน้ำลายก็พุ่งอยู่ในปาก อย่างที่เรียกว่าอยากมะนาวหรือไม่ใช่ ไม่ได้อยาก มันมองเห็นของเปรี้ยวน้ำลายก็ไหลออกมาเอง นั่นแหล่ะ คือความเชื่อมโยงโดยธรรมชาติ กลางคืนเหมือนมะนาว ความนึกคิดเรื่องนั้นๆ ก็เหมือนปาดมะนาว ความปรุงแต่งว่ามากินตับกินปอดนั้นเหมือนมะนาว ความที่ขนลุกขนพองสยองเกล้า ก็เหมือนน้ำลายไหลออก จะไปกลัวได้อย่างไร อย่าไปเหมาจ่ายว่าเป็นความกลัวซี นี่เป็นความเชื่อมโยงของธรรมชาติ อย่าไปคิดเองเออเองซี ถ้ามันคิดกลางวัน อาการขนลุกขนพองไม่มี

อ๋อ...คิดกลางคืนอาการเป็นอย่างหนึ่ง คิดกลางวันอาการเป็นอีกอย่างหนึ่ง เขาทำงานเชื่อมกันใช่ไหม ใช่ พุทโธ่เอ๋ย เราไปหลงเชื่อว่าเป็นความกลัว จริงๆแล้วเขาก็เป็นของพวกเขาอย่างนั้นเอง โง่ไปยึดยึดความปรุงแต่ง เจ้าจิตกะล่อนทองแท้ๆ อ้าวอยากคิดๆไป อยากขนลุกๆไป อยากปรุงๆไป หน้าที่ใครหน้าที่มัน สิ่งเหล่านั้นหาใช่สัตว์บุคคลเราเขาถึงบางอ้อจนได้

## ยังกับท่อน้ำประปาแตก

หัวข้อธรรมผุดขึ้นมาเรื่อยๆก็วิเคราะห์ไปเรื่อยๆทุกๆเรื่องที่เกิดมา เพลิดเพลินจนสว่างไม่รู้ตัว หัวข้อธรรมที่ผุดขึ้นก็แปลกแต่ก็เป็นจริงล้วนๆ หัวข้อธรรมที่ผุดขึ้นมา เช่น มะม่วงอกร่องกับพริกขี้หนูสวนทางกันกลางทะเลโลก ขันจิ้งหรีดโลก ทางห้าสาย แม่น้ำสามสีแห่งทะเลโลก สว่างในความมืด คนตาบอดจูงคนตาบอด ปิดประตูตีแมว วิธีจับแย้ โง่ยังอวดว่าตนฉลาด นี่คือสุดยอด ๗ วันแรงบันดาลใจ สุดยอดพลังจิตอธิษฐาน สุดยอดแห่งความตั้งใจมั่นในการลงมือปฏิบัติจริงจัง ถ้าจะนำมาขยาย คงไม่จบลงง่ายค้างไว้แค่นี้ก่อน ไว้มีเวลาค่อยแก้ไขไปเรื่อยๆ เล่น ๆ ไปไม่ต้องจริงจังกับมันดอก นี่ก็ไม่ได้หลับไม่ได้นอนทั้งคืน เพลิดเพลินกับหัวข้อธรรมที่ผุดขึ้นมา ให้ปัญญาอบรมจิตทั้งคืน ถึงเวลาออกรับบิณฑบาตมาฉัน

แล้วก็ออกเดินทางกลับกัน แต่ข้าพเจ้ามิได้กลับวัด เพราะจะต้องไปพิสูจน์ว่านกเขาพูดจริงหรือไม่

## ไปพักที่ป่าช้าบ้านต้อนกาฬสินธุ์

ไปลงอุโบสถที่วัดประชานิยม เสร็จแล้วฉันน้ำปานะ พระท่านสนทนากันว่าเมื่อคืนที่ผ่านมาได้ไปพักภาวนาที่ป่าช้าบ้านต้อนโดนผีมันเล่นงานเอาทั้งสององค์ องค์แรกท่านเล่าว่าขณะที่ท่านนั่งสมาธิ ได้มีชายร่างดำ กำยำ มีหนวดเคราารุงรังมุดเข้าในมุ้งกลดตรงหน้าของท่าน ท่าทางกริ้วโกรธไม่พอใจหน้าตาบอกบุญไม่รับ ทำตาถมึงทึงใส่ยังกับเป็นศัตรูกันมาร้อยชาติอย่างนั้นแหละ มันจ้องไม่ยอมกระพริบตา แล้วมันก็ใช้กำปั้นชกมาใส่ท้องทะลุออกด้านหลัง สะดุ้งขึ้นมายังรู้สึกปวดท้องอย่างแรง โอ้....ผีป่าช้านี้ดุร้ายจริง พระเจ้า พระสงฆ์มันยังทำได้รีบเก็บกลดบาตรออกมาหาเพื่อน จึงเล่าให้เพื่อนฟังเพื่อนว่าผมก็โดนเหมือนกัน ผมนั่งสมาธิอยู่ เห็นมันเปิดมุ้งกลดเข้ามา เปิดผ้าสบงเราบีบลูกอัณฑะ บีบไข่ปวดยังไม่หายเลย ยังลุกขึ้นเก็บของไม่ได้มันจะเล่นให้ตายจริงๆอยู่ไม่ได้แล้ว เก็บข้าวเก็บของออกไปดีกว่าขืนอยู่ต่อมันอาจเล่นงานเราให้ถึงแก่ความตายก็ได้ อย่าเสี่ยงดีกว่าเอาตัวรอดเป็นยอดดี

เรานั่งฟังอยู่ข้างๆ ก็นึกในใจว่าคืนนี้ขอเป็นคิวของเราก็แล้วกัน จึงถามท่านว่าท่านครูบาครับ ป่าช้าที่ว่าผีดุๆอยู่ตรงไหน... ไกลไหม ท่านตอบว่าไม่ไกล ป่าช้าบ้านหนาดบ้านต้อนออกจากนี้ไปก็ ๔ ถึง ๕ กิโลเมตร โดยประมาณ ท่านก็บอกเส้นทางหรือจะนั่งสามล้อไปก็หนึ่งร้อยบาทเขาก็ส่ง ปัจจัยเราบาทเดียวก็ไม่มีเดิน ๔ ถึง ๕ กิโลเมตร ชั่วโมงเดียวก็ถึง เดิน เดินไป ตามถนน รถ ๓ ล้อเขาถามว่าไปรถไหม อาจารย์ อาตมาไม่มีปัจจัยค่ารถนะโยม สามคันสี่คันถามแล้วก็ผ่านไป คันที่ ๕ ยังถามเหมือนเดิม เจ้าคนนี้ถามต่อว่าท่านจะไปไหน ป่าช้าบ้านต้อน พอดีผมจะผ่านขึ้นรถเลยผมจะไปส่งอย่างไรถ้าได้นิมิตดีๆอย่าลืมผมแล้วกัน ได้พรุ่งนี้ ๘ โมง ๙ โมงมาเลยบังเอิญหวยออก ๙๘ ศรัทธาใหญ่

ถึงป่าช้าแล้วก็เดินหาที่ปักกลดและทางจงกรมเรียบร้อยบ่าย ๔ โมงถึง ๕ ทุ่มเดินจงกรมปล่อยจิตให้สบายๆ ไม่ยอมให้จิตปรุงแต่ง ให้จิตได้พักผ่อน จิตสบาย กายก็เบา เข้าสู่นิทราองค์แห่งญาณภาวนา ถึงห้าทุ่มก็เข้าในกลด นั่งคู้บัลลังก์ขวาทับซ้ายตั้งกายให้ตรง ดำรงสติไว้เฉพาะหน้า สติจับตรงปลายจมูกเฝ้าดูลมไหลเข้าไหลออก จนลมแผ่วลงๆลมก็หายไปเหลือแต่ความรู้เด่นอยู่ ครู่ใหญ่ๆ เหมือนมีใครปาหัวกะโหลกเข้าใส่ แต่ไม่ยักโดนเรา หัวเน่าหัวแห้งลอยมาเป็นระยะๆ เรานั่งดูเฉยๆไม่กลัว เจ้าตัวผีดิบหน้าตาเนื้อตัวเน่าฟอนเฟะ ผมยาวเป็นฝรั่งหญิงมีหนอนชอนไชไปทั้งตัว น่ากลัว น่าเกลียดเดินตรงเข้ามาหาทำท่าจะล้มทับแต่ก็หายวับไปกับตา

## ยักษ์จะกิน

สักครู่ต่อมา ข้าพเจ้าได้ยินเสียงวิ่งเหมือนม้าเป็นร้อยๆวิ่งไปวิ่งมาข้างๆตัวของเรา ครั้นส่องดูก็ไม่เห็นมีอะไร แต่อยู่ในสมาธินั้นจะมองเห็นได้รอบตัวของเราเองนะ ธรรมดาคนเราถ้ามองก็มองเห็นเฉพาะด้านหน้าของตนเท่านั้น แต่อยู่ในสมาธิ มองเห็นได้รอบตัวไม่ต้องเหลียวหน้าเหลียวหลัง ข้างหน้าข้างหลังมองเห็นได้ทั่ว คราวนี้เสียงวิ่งมาจากข้างหน้า มองเห็นแรดตัวใหญ่เท่าช้างสารวิ่งตรงเข้ามาอย่างรวดเร็วมาหยุดอยู่ตรงหน้าพูดขึ้นมาว่า คลาย...มาจากหนาย...รู้หมาย...ที่ของคลาย...ออกปายๆ...ออกปายเดี๋ยวเน้...อาตมาเป็นพระมาอาศัยที่บำเพ็ญเพียรเท่านั้นไม่ได้เอาอะไรดอก ม้ายด้าย...ออกปาย... ข้าพเจ้ารู้ว่ามันเป็นยักษ์ที่แปลงร่างเป็นแรดยักษ์ จึงบอกว่า ภาวนาเกิดบุญขึ้นมาจะแผ่เมตตาส่วนบุญให้นะ จะออกหรือไม่ออกเดี๋ยวกินซะเลย พูดขาดคำมันอ้าปากคาบเราไว้ทั้งตัว ข้าพเจ้าคิดในใจว่าถ้าเราเคยมีเวรกรรมต่อกันก็ขอให้เป็นอโหสิกรรมต่อกันและกันถ้าเราไม่ใช่คู่กรรมก็ขออย่าได้สร้างเวรสร้างกรรมต่อกันเลย ยักษ์มันพยายามกลืนกินข้าพเจ้าทั้งตัวลูกกระเดือกของมันขยุ้มศีรษะของเราจะกลืนเข้าลำคอให้ได้ ข้าพเจ้าคิดว่ายักษ์กำลังสร้างกรรมหนักเสียแล้ว เมื่อเจ้าจะกินก็จงกินเถิด ข้าพเจ้านึกถึง พุทโธๆอยู่ในใจ อุเบกขาวางเฉยต่อการกระ

ทำของยักษ์ตะกละกินไม่เลือก ไม่เว้นแม้กระทั่งพระ มันก็พยายามกลืน แต่ก็กลืนไม่เข้า ที่สุดก็คายออกมาแล้วพูดว่า หมอนี่กลืนกินยากเผาก่อนค่อยกินดีกว่า พูดจบ มันหันหน้าออกเอาก้นหันมาตรงหน้าของเรายืนถ่างขาตั้งท่าเก๋ ข้าพเจ้ามองเห็นดาบของมันที่วางอยู่เล่มเบ้อเริ่ม ลอยขึ้น ลอยออกไปลอยกลับมาทิ่มเข้าทวารหนักของมันเอง ขณะที่มันปล่อยไฟพุ่งออกมาหวังจะเผาให้ตายแล้วค่อยกินเป็นอาหาร ดาบที่คาอยู่ทวารหนักของมันก็ดึงให้รูทวารไฟเอียงออกไฟก็พุ่งหลีกตัวข้าพเจ้าไป มันคิดว่าเผาสุกแล้วจึงหันมามองก็รู้ว่าไฟไม่ตรงมันขยับท่าใหม่ ดาบรู้ทันพอปล่อยลมพ่นไฟดาบก็เอียงไปอีกข้างไฟก็ไปอีกทางหนึ่งไม่โดนเผา ยักษ์ตดเป็นไฟก็มี มันหันมามองพลางคิดว่าคงสุกพร้อมกินได้แล้ว แต่ก็ผิดหวังจึงพูดขึ้นว่า ขอฝากไว้ก่อนเดี๋ยวกลับมา ไม่ต้องกลับมาดอก บุญอันเกิดจากการภาวนาที่อาตมาบำเพ็ญมาทั้งหมดจากอดีตถึงปัจจุบันนี้ ขอยกให้ทั้งหมดจงอนุโมทนาเอาเถิด

# ยักษ์ขอให้สร้างสถานธรรม

ยักษ์อนุโมทนาส่วนบุญ ขอให้สร้างเป็นวัดปฏิบัติธรรม ชื่อว่า วัดป่าสีลวรรณ เห็นคุณประโยชน์อันใดจึงยกให้สร้างวัดปฏิบัติธรรม แม้เรามาปฏิบัติแค่คืนเดียว ได้แผ่เมตตาให้ก็ทำให้เปลี่ยนภพเปลี่ยนภูมิได้ ไปสู่ภพที่ดีกว่า เห็นอานิสงส์อย่างนี้ จึงอยากให้ทำเป็นที่ปฏิบัติธรรม เรามีโอกาสจะทำให้นะ ก็มีโอกาสได้กลับมาอีกครั้ง ตั้งชื่อวัดป่าสีลวรรณ ตามที่ยักษ์ขอร้อง ต่อมาได้เปลี่ยนชื่อใหม่ว่า วัดป่ากกไม้แดง ได้เป็นวัดถูกต้องตามกฎหมายบ้านเมืองแล้ว การแผ่เมตตาโดยไม่มีประมาณอานิสงส์ของผู้ที่อนุโมทนาเอาก็ประมาณค่ามิได้ เช่น ยักษ์แรดใหญ่ได้เปลี่ยนภพภูมิทันทีทันใด อย่างนี้จะเรียกว่าเมตตาธรรมค้ำจุนโลกได้หรือไม่ ท่านผู้อ่านจงพิจารณาเอาเองเถิด

## ตามหาทูตนกเขาคู

รุ่งเช้าไปรับบิณฑบาตบ้านต้อนเจอแม่ทองใสหัวหน้าคณะปฏิบัติธรรม จึงสั่งให้ตามไปที่ป่าช้า แม่ทองใสนำคณะไปหารวม ๓๖ เสร็จภัตกิจแล้วสนทนาธรรมจนบ่าย จึงได้จากกันไป ข้าพเจ้าออกเดินทางกลับบ้านเกิดเยี่ยมโยมมารดา บิดา บ้านหนองคู ตำบลเหล่าดอกไม้ จังหวัดมหาสารคาม มีรถไปส่งบ้านแต่พักอยู่ที่ดอนปู่ตา ภาษาพื้นบ้านเขาเรียกดอนตะปู่ ก็มีญาติโยมมากวาดใบไม้ทำความสะอาดทำทางจงกรม ทำที่ปูผ้ายาง กางกลดไว้นั่งภาวนา พลบค่ำญาติโยมก็ลากลับ เข้าทางเดิน จงกรมถึงเวลาอันสมควรแล้วเข้าไปนั่งสมาธิภาวนาตามที่ได้ปฏิบัติมา ขณะนั่งสมาธิอยู่นั้นก็ปรากฏว่ามีเสียงม้าวิ่งไปมาอยู่ตัวหนึ่ง ผ่านไปก็ร้องผ่านมาก็ร้อง บางทีขึ้นไปร้องบนอากาศ วิ่งไปวิ่งมาอยู่บนหัวของเรา เอ๊ะ ม้าผู้มีบารมีมาจากไหน หรือมีพระเอกขี่ม้าขาวมาช่วยเรา เงี่ยหูฟังกลับเงียบไปไม่มีเสียงไปเสียงวิ่งไปวิ่งมา คิดว่าคงจะหนีไปไกลแล้วมาตรวจดูแล้วก็จากไป

## เจ้าของที่เขามาไล่

เห็นชายวัยกลางคนเดินมานั่งยองๆอยู่ ต่อหน้าเขาถามว่าท่านมาทำอะไรที่นี่ นี่มันที่เรานะ อย่ามายุ่งมาแย่งเอาที่เรานะ โยม... อาตมาไม่ได้มาเอาที่ดอกนะโยมนะ อาตมาได้บอกกล่าวไปแล้วว่า เจ้าที่เจ้าทางทั้งหลาย คืนนี้ขออาศัยพักภาวนาสักคืนเน้อ พรุ่งนี้ก็จะเดินทางกลับวัดแล้ว ไม่ได้...ออกไปเดี๋ยวนี้ ก็นี่มันครึ่งค่อนคืนไปแล้ว ไม่กี่ชั่วโมงก็สว่างแล้ว รอให้สว่างก็จะออกไป ไม่ได้...จะออกหรือไม่ออก...พูดจบมันก็แปลงร่างให้สูงใหญ่ ขามันเท่าถังแดง สูงเท่าต้นตาล มือของมันถือค้อนไม้ตะบองใหญ่เท่าลำต้นตาล หัวค้อนเป็นปุ่มหนามหลายรอบไปหมดน่ากลัว มันตวาดว่า ออกไปเดี๋ยวนี้ก่อนฟ้าสาง พูดย้ำอีกว่าอยากตายใช่ไหม พร้อมกับยกไม้ตะบองขึ้นจะตำลงเหมือนตำพริกว่าตายซะ.... เห็นยักษ์โขโนเอาจริง จึงนึกถึงพระรัตนตรัยว่า พุทโธ ธัมโม สังโฆ จงปกป้องคุ้มครองด้วย แล้วทำใจให้ว่างวางเฉยต่อเหตุการณ์นั้น ใจอันประกอบด้วยอุเบกขา วางเฉยต่อการกระทำยักษ์โขโน อานุภาพของพระรัตนตรัยนั้นช่างมีอานุภาพเหลือล้น แม้ยักษ์จะยกไม้ตะบองตำลงกี่ครั้งกี่หนก็ไม่สามารถโดนตัวของเราได้ หลุยหน้าหลุยหลังอยู่ตลอดเวลา ถ้ามันโดนคงจะแหลกเหมือนตำน้ำพริกหรือจมมิดลงไปในพื้นดินเหมือนสมัยพุทธกาล ยักษ์มันใช้ตะบองตีพระสารีบุตร

อัครสาวกเบื้องขวาของพระศาสดาจนจมมิดลงไปใต้แผ่นดิน เดชะบุญท่านนั่งเข้าฌานอยู่จึงไม่เป็นไร พอท่านออกจากฌานก็เอะใจทำไมเราหลุบลงไปในดิน นี่คืออำนาจแห่งฌาน

## ยักษ์ร้องไห้ขอโทษ

คุณของพระรัตนตรัยและอุเบกขาเหลือที่จะคณานับข้าพเจ้าตกอยู่ในห้วง แห่งอันตรายที่ผจญอยู่กับยักษ์ ได้นึกถึง พุทโธ ธัมโม สังโฆ และทำจิตวางเฉย ไม่มีกิริยาโต้ตอบ เจ้ายักษ์ใหญ่ผู้ทรงพลังแม้จะพยายามทำร้ายก็ได้แต่เหนื่อยจนหมดกำลัง หมดฤทธิ์ลงมาเป็นคนธรรมดา นั่งก้มหน้าร้องไห้สะอึกสะอื้นพลางพูดออกมาว่า ผม...ขอ....โทษ..,,.ที่....ล่วงเกิน ขอได้โปรดกรุณายกโทษให้กระผมผู้เขลาเบาปัญญาด้วย เออ....อาตมาไม่ได้ถือโทษโกรธเคืองหรอกธรรมดาของผู้ที่ยังไม่รู้ย่อมทำผิดๆ ถูกๆ ได้เป็นธรรมดา เจ้ายังมีความรู้สึกสำนึกว่าตัวเองทำผิดได้ถือว่าต้นคดปลายตรง พระพุทธองค์ก็ทรงสรรเสริญมากเลยหนา จงทำใจให้สบายเถิดนะ

# ยักษ์โขโนตั้งใจฟังธรรม

โขโน เจ้าเป็นผู้ฉลาดมีปัญญามากนะรู้ไหม บุญเก่าเจ้ามีมากมาย เจ้าโชคดีพระพุทธองค์ทรงฝากธรรมมาให้เจ้าอยู่นะ เจ้าจะเอาไหมล่ะ เอาขอรับ ถ้าเช่นนั้นจงใส่ใจฟังจะเล่าให้เธอฟัง ตั้งใจฟังให้จงดี จักมีปัญญา ได้ดวงตาเห็นธรรม พระสัมมาสัมพุทธเจ้าพระองค์ผู้ทรงพระคุณอันประเสริฐ มีพระกรุณาสั่งสอนเทวดามารพรหม พร้อมหมู่สัตว์และสมณะพราหมณ์ ให้รู้ธรรมเป็นอันมาก โขโน ธรรมทั้งหลายเกิดจากเหตุพระศาสดา ทรงชี้เหตุเกิดของธรรมนั้นและความดับ ด้วยการละเหตุแห่งธรรมนั้น หมายความว่า ผู้ใดทำความดี เป็นเหตุให้ได้ดีมีความเป็นอยู่สุขสบาย บุคคลใดประพฤติชั่ว เป็นเหตุให้เป็นคนชั่ว มีความเป็นอยู่ทุกข์ทรมาน จงละความประพฤติชั่วเสียให้ทำแต่ความดี ทั้งกาย วาจา ใจ เมื่อจะทำสิ่งใดๆด้วย กาย วาจา ใจ จงใคร่ครวญให้ดีก่อนแล้วจึงทำดีกว่า โขโน บุคคลจะบรรลุสิ่งเป็นสาระก็ด้วยเข้าใจในสาระ ผู้เห็นในสิ่งที่ไม่เป็นสาระว่าเป็นสาระ เห็นในสิ่งที่เป็นสาระว่าไม่เป็นสาระ ย่อมมีความดำริผิด เป็นทางไปจักไม่บรรลุสิ่งเป็นสาระได้ บุคคลมารู้สิ่งเป็นสาระ โดยความเป็นสาระ ผู้รู้สิ่งไม่เป็นสาระโดยความไม่เป็นสาระ ผู้มีความความดำริชอบ เป็นทางไปเช่นนี้ย่อมบรรลุสิ่งที่เป็นสาระได้ ดังนี้

# ธรรมก่อนฟ้าสาง

เช้ามืดได้ลุกออกจากที่นั่งมาเดินจงกรมมีคำๆหนึ่งผุดออกมาจากใจว่าแก้วสามประการ จึงย้อนถามทันควันว่า แก้วสามประการคืออะไร มีอยู่ที่ไหน เป็นอย่างไร แก้วสามประการคือ ตัวของเรามีสามประการ คือ กาย วาจา ใจ เรียกว่าแก้วใจ แก้วกาย และวจีแก้ว แก้วใจคนโบราณ เรียกว่าแก้วสารพัดนึกเพราะมันนึกได้สารพัดอย่าง นึกสิ่งใดก็ได้สิ่งนั้น ถ้าท่านนึกถึงคุณงามความดีบุญกุศลที่เคยทำมาแล้วท่านก็ได้ปีติสุขในบุญกุศลที่นึกถึงนั้น ถ้าท่านนึกถึงความโกรธที่ท่านเคยผูกโกรธกับใครๆเอาไว้ ท่านก็จะได้ความเศร้าหมองขุ่นมัวใจเพราะความโกรธคืนชีพจากการนึกของท่าน ท่านยังจะนึกถึงความโกรธความพยาบาทอยู่อีกหรือ แต่ถ้าท่านนึกถึงความรัก คนที่ท่านรักก็ได้ความรักมาชโลมใจ ทำให้ท่านยิ้มน้อยยิ้มใหญ่ เอียงซ้ายเอียงขวาดูเงาตัวเองอยู่ในกระจกเงาเพราะท่านนึกถึงความรัก ความรักก็งอกงามบานสะพรั่งที่ใจท่าน ถ้าท่านนึกระแวงใครต่อใครใจของท่านก็จะเกิดมีความระแวงขึ้น ท่านจะระแวงใครก็ระแวงได้ บอกไว้ก่อนนะ อย่าระแวงคู่นอนของท่าน อย่าได้ไประแวงคนที่นอนอยู่ข้างๆของท่านก็แล้วกัน จะหาว่าไม่บอก มันเป็นมหันตภัยใหญ่หลวงเชียว ถ้าเกิดความระแวงขึ้นมา มันจะไม่อันเป็นทำการทำงาน ไม่เป็นอันกินอันนอนอีกต่างหาก วันดีคืนดีมันทำให้บ้านแตกสาแหรกขาดมามากต่อมากแล้ว

พระบรมศาสดาผู้เป็นบรมครูของสัตว์โลก ได้แนะนำมหาชนให้เอาแก้วใจท่าน แก้วกายท่าน วจีแก้วท่าน ทั้ง ๓ นี้มาทำประโยชน์ให้กับตน ตนนั้นแลเป็นที่พึ่งแห่งตน คนอื่นใครเล่าจะให้เราพึ่ง แม้เราตถาคตก็เป็นเพียงผู้บอกทางเท่านั้น ส่วนเพียรพยายามทำนั้นเป็นหน้าที่ของเธอทั้งหลาย ต้องทำความเพียรเองให้รู้เองเข้าใจเอง รับสุขเอง ด้วยตัวของเราเอง กาย วาจา ใจ ไปที่ไหนๆก็ไปด้วยกันตลอด ไม่เคยพรากจากกันเลย จะไปทำความชั่วก็ร่วมกันทำ จะทำความดีก็ร่วมกันทำ จะทำความเพียรเพื่อความพ้นทุกข์ก็ทำร่วมกันอย่างขะมักเขม้นเข้มแข็ง ทำลายกำแพงกิเลสพังทลายลงจนสิ้นซาก ด้วย ๓ กองพลนี้ บุคคลในโลกนี้จะพบกับความล้มเหลวในชีวิต จะพบกับความสำเร็จความสมหวังในชีวิต ก็ต้องอาศัย ๓ เกลอนี้ทั้งนั้น พระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้ตรัสรู้อนุตรสัมมาสัมโพธิญาณในวันเพ็ญเดือน ๖ นั้น ก็อาศัย กาย วาจา ใจ ๓ เกลอทุ่มเทให้ความเพียรจนได้ตรัสรู้ และเอาแก้ว ๓ ประการนี้เผยแผ่ธรรมตามหัวเมืองน้อยใหญ่ โดยไม่คำนึงถึงความยากลำบาก ด้วยพระมหากรุณาอันกว้างใหญ่อันประมาณมิได้ แม้พระอริยสาวกผู้รู้ตามเห็นตามพากันออกเผยแผ่ธรรม แยกกันไปเผยแผ่ธรรมประกาศพรหมจรรย์อันบริสุทธิ์บริบูรณ์โดยสิ้นเชิง ช่วยประกาศคนละทิศคนละทาง แม้ล่วงมาสองพันกว่าปีแล้ว อริยสาวกของพระองค์ทั้งฝ่ายบรรพชิตและฝ่ายคฤหัสถ์ ยังช่วยกันเผยแผ่ตลอดมาจนถึงปัจจุบันนี้

## ทูตนกเขามีตัวตนอยู่จริง

ได้เขียนไปแล้วในตอนนกให้อุบายเจรจาฉันเช้าเสร็จก็ได้สนทนาธรรมตามสมควร แล้วออกเดินทางกลับวัดหินหมากเป้งหนองคาย มีรถโยมไปส่งถึงวัดขณะนั่งรถจากจังหวัดมหาสารคามไปจังหวัดหนองคายนั้น ได้รำพึงในใจว่าเจ็ดวันแรงบันดาลใจความจริงที่พิสูจน์ได้ ถ้าท่านไม่ลองปฏิบัติดูแล้วอย่าคิดว่าเป็นเรื่องเล่า ถึงจะเป็นเรื่องเล่า หากปฏิบัติตามยังมีผลอยู่ ผู้มีปัญญาควรปฏิบัติควรมอง มองว่าพระพุทธองค์ตรัส แต่ความจริงล้วนๆ อยู่ที่เราจะเอาจริงเท่านั้น ถ้าท่านตั้งใจมั่นจริง ปฏิบัติตามจริงๆ ของจริงจะปรากฏขึ้นที่ใจผู้เอาจริง ข้ามความสงสัยไปได้จริงๆ ด้วยน้ำใสใจจริง อย่านิ่งดูดาย จงรีบลงมือปฏิบัติเถิดจักเกิดปัญญา

# ท้ายบท

ด้วยเวลาอันสั้นที่ลงมือปฏิบัติแบบทุ่มเททั้งชีวิตและกายใจนั้นมันได้เปลี่ยนแปลงความรู้สึกของข้าพเจ้าไปอย่างสิ้นเชิงเกิดเป็นเด็กกตัญญูรู้คุณของสรรพสิ่งต่างๆที่มีอยู่ในโลก กลายเป็นคน รักชาติ รักศาสนา รักสถาบันพระมหากษัตริย์รักประชากรของโลกมีความรู้สึกว่าเราเป็นหนี้บุญคุณของแผ่นดินที่เกิดมาบนแผ่นดินทำมาหาเลี้ยงชีพบนแผ่นดิน เป็นหนี้บุญคุณพระธรรมคำสั่งสอนของพระศาสดาให้พัฒนาจิตใจไปสู่ความสงบสุขเย็นได้ เราเป็นหนี้บุญคุณของพระมหากษัตริย์ทุกๆ พระองค์ ทรงอุปถัมภกยอยกพระศาสนา รักษาคำสอนอันล้ำค่าให้ประชากรโลกหล้าได้ศึกษาหาความสุขสงบเย็นเป็นอเนกอนันต์

๒๑ กรกฎาคม ๒๕๔๗ อธิบดีกรมศาสนากระทรวงวัฒนธรรมเปิดเผยว่า พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวทรงพระมหากรุณาธิคุณโปรดเกล้าฯพระราชทานเงินจำนวน ๓๒ ล้านบาท ตั้งเป็นกองทุนในการเผยแผ่พระธรรมคำสอนในพุทธศาสนาของพระศาสดาจะนำเฉพาะดอกเบี้ยจากกองทุนมาใช้จ่าย พระราชประสงค์จะเน้นหน่วยงานราชการเป็นหลัก ปฏิบัติธรรมตามพื้นฐาน ๕ ประการเชื่อว่าพระธรรมจะนำชาติรอด ปัญหาการทุจริตคอรัปชั่น หรือเรื่องผิดศีลผิดธรรมจะลดลง

ข้าพเจ้าอ่านข่าวสั้นทันโลก ไทยรัฐ ศุกร์ที่ ๒๓ กรกฎาคม ๒๕๔๗ ซาบซึ้งถึงน้ำพระทัยของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว พระองค์ทรงห่วงใยในพสกนิกร ทั้งในและต่างประเทศ ทรงรู้ว่า ความสุขจากการสรรเสริญ ลาภ ยศ จักปรากฏมีได้ชั่วคราว แต่ความสุขที่ยืนยาวของพสกนิกรต้องเข้าใจในศีลธรรม ปฏิบัติตามธรรมพื้นฐานเป็นลำดับ เป็นแรงบันดาลใจให้เขียนเรื่องนี้ ด้วยคิดว่าคงจะเป็นทางช่วยได้นิดหน่อย ตามสติปัญญาความรู้คนชั้น ป.๔ จ้างออกเพราะไม่ได้หนังสือแต่ก็เขียนหนังสือเรื่อง พระตถาคตบอกทาง ๔ ประตู แนะแนวปฏิบัติล้วนๆซึ่งถอดออกมาจากมัชฌิมนิกาย มูลปัณณาสก์ พระไตรปิฎกเล่มที่ ๑๒ หน้า ๙๗ เป็นคำสอนของพระบรมศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้า ด้วยพระมหากรุณา สั่งสอนชาวโลกไว้กว้างขวาง ดังนี้

- สวากขาโต ภะคะวะตา ธัมโม พระธรรมอันเป็นธรรมที่พระผู้มีพระภาคเจ้า ได้ตรัสไว้ถูกต้องครบถ้วนดีแล้ว ไม่มาก ไม่น้อยมาไม่ขาดไม่เกิน ถูกต้องสมบูรณ์ดีแล้วทุกประการ
- สันทิฏฐิโก เป็นธรรมที่ผู้ได้ศึกษานำไปใช้ และตั้งใจปฏิบัติตาม จักพึงเห็นผลได้ จักเป็นผู้ได้รับประโยชน์สูงสุดด้วยตนเองตามความตั้งใจจริงของตนเอง
- อะกาลิโก เป็นธรรมที่ชายหรือหญิงทุกวัยสามารถปฏิบัติได้ย่อมให้ผลกับผู้ปฏิบัติรู้ธรรมได้ในปัจจุบันนั้นๆไม่จำกัดกาล ไม่จำกัดเวลา รู้เห็น เข้าใจได้ บรรลุธรรมได้ทุกเวลา
- เอหิปัสสิโก เป็นธรรมที่ผู้รู้ได้บอกกล่าวกับผู้คนทั้งปวงว่า

ท่านทั้งหลายจงมาฟัง มาปฏิบัติธรรม อันเป็นสาระแด่ชีวิตแห่งตนเถิด มาตรองดูมารู้ธรรมอันเป็นแก่นแท้ของชีวิตอันมีอยู่ที่ใจของเราทั้งหลายนี้เถิด

- โอปะนะยิโก เป็นธรรมอันทุกๆ คนควรมีสติน้อมเข้ามาดูในกายของตนและน้อมเข้ามาดูในจิต น้อมเข้ามาดูในใจของตนเองให้รู้ธรรมนั้นเถิด
- ปัจจัตตัง เวทิตัพโพวิญญูหิ เป็นธรรมที่ผู้รู้ผู้บรรลุธรรมจะพึงเข้าใจได้เฉพาะตนเองเท่านั้น ท่านผู้เจริญด้วยปัญญาทั้งหลายควรทำให้รู้ให้เข้าใจเสียแต่วันนี้เถิด

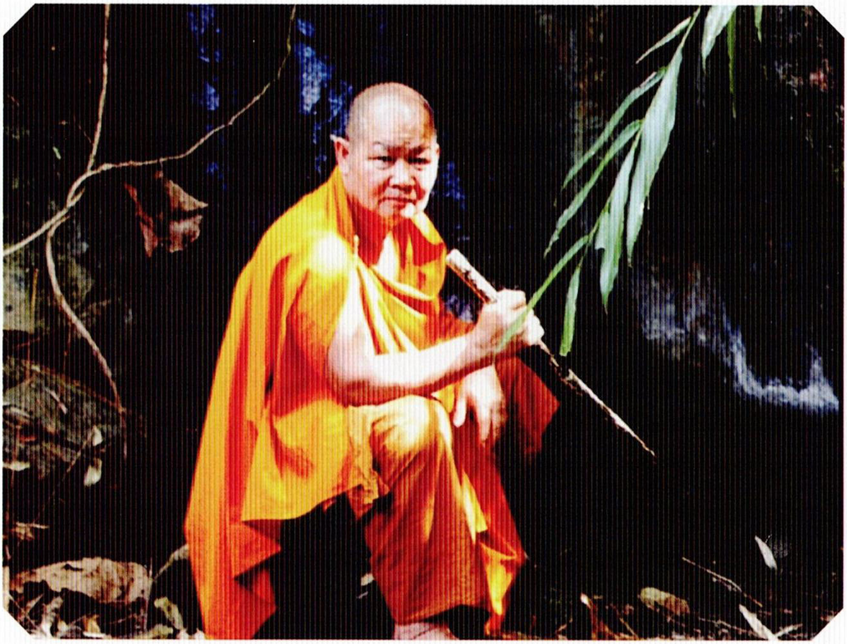
พระพุทธองค์ทรงประกาศพรหมจรรย์ และวิธีปฏิบัติอันประเสริฐบริสุทธิ์ บริบูรณ์ไว้โดยสิ้นเชิง พร้อมทั้งอรรถาธิบายพร้อมทั้งพยัญชนะและหัวข้อแห่งธรรม สอนเทวดา มาร พรหม ยมยักษ์ สมณพราหมณ์ และมนุษย์ทั้งหลาย ให้รู้ตามได้ดังนี้เถิด พระตถาคตบอกทาง ๔ ประตูจิตสู่ธรรม พุทธภาษิตที่มาในบาลี สุตตันตปิฎก มัชฌิมนิกาย มูลปัณณาสก์ พระไตรปิฎกเล่ม ๑๒ หน้า ๙๘

ข้อ ๑๐๗ อานาปานสติ มีสติหายใจออก ลมไหลออก มีสติหายใจเข้า ลมไหลเข้า

หน้า ๙๙ ข้อ ๑๐๘ อิริยาบถ ๔ คือ ยืน เดิน นั่ง นอน หรือตั้งกายไว้อย่างไรให้รู้อย่างนั้น

หน้า ๙๙ หน้า ๑๐๙ สัมปชัญญะ ยืนภาวนาหรือภาวนามัย

กายบำบัด ขจัดโรคในกาย จิตบำบัดขจัดความไม่รู้ ๕ ท่า เดินจงกรม ภาวนา ทั้งก้าวไปข้างหน้าและถอยกลับข้างหลัง ๑๒ ท่า ๑๒ วิธี ในการเดินจงกรม นั่งสมาธิ วิธีนั่งสมาธิภาวนา ๕ วิธี มีความผ่อนคลายสบายๆไม่เบื่อ อิริยาบถนอนทำสมาธิภาวนา ๕ วิธี ภาวนามัยบุญสำเร็จจากการนอนภาวนาเป็นวิธีปฏิบัติ เป็นปฏิกิริยาการฝึกในท่าต่างๆ ผู้มีหนังสือเล่มนี้สามารถฝึกเองได้ ถ้าผู้ใดเข้าฝึกอบรมยิ่งดีใหญ่เลย ผ่านการอบรมแล้วสามารถนำไปใช้แนะนำผู้สนใจก็ได้ การฟังเทศน์ฟังธรรมนั้น ผู้มีปัญญาก็รู้เรื่องไปหมด ส่วนผู้มีอินทรีย์ยังอ่อนอยู่จะไม่เข้าใจเลย ผู้ที่ไม่เข้าใจควรจะได้ข้อปฏิบัติ ได้แนวทางปฏิบัติกลับไปก็จะเป็นประโยชน์มหาศาล สำหรับผู้สนใจในการปฏิบัติเพื่อนำตนออกจากทุกข์โดยสิ้นเชิง ตามคำสั่งสอนของพระบรมศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้าว่า เพื่อความบริสุทธิ์หมดจดแห่งจิตของสัตว์ทั้งหลาย เพื่อก้าวล่วงโทมนัส เพื่อบรรลุญายธรรม เพื่อพระนิพพานให้แจ้งทางนี้ คือ สติปัฏฐาน ๔ นี้เป็นทางเอกแห่งจิต นี่แหละคือทางเอกทางเดียว เป็นเรื่องยอดเยี่ยมและสูงสุด ดังนี้แล





# ทาง ๕ สาย
# ให้เข้าถึงอมตสุข

| | | |
|---|---|---|
| ปากอย่าไว | ใจอย่าเบา | เท่ากับนุ่น |
| เรื่องขุ่นๆ | เคืองคาใจ | อย่ารื้อฟื้น |
| เรื่องคนอื่น | อย่าได้เอา | เข้ามาคิด |
| กิจที่ชอบ | ปัจจุบัน | นั้นรีบทำ |
| เรื่องอดีต | คิดขึ้นมา | คือเพ้อฝัน |
| ปัจจุบัน | คือความจริง | น่าอัศจรรย์ |
| อย่ายึดมั่น | อย่าถือมั่น | อันตราย |
| สลัดออก | สละคืน | เขาไม่ได้ |
| จะเสียใจ | และช้ำใจ | ตลอดกาล |
| เห็นธรรมชาติ | เกิดขึ้นมา | ดับลงไป |
| เป็นธรรมดา | ถอนอัตตา | สงบเย็น |

พุทธสุภาษิตที่มาในวินัยปิฎก พระปิฎกเล่มที่ ๔ ข้อที่ ๒๗ หน้าที่ ๓๒ ว่า ธรรมเทศนาที่พุทธองค์ทรงแสดงเนื้อความลุ่มลึกลงไปโดยลำดับ เพื่อขัดเกลาอัธยาศัยของผู้ฟังให้ละเอียด ประณีตขึ้นไปเป็นขั้น ๆ ตามลำดับ จนพร้อมที่จะทำความเข้าใจในธรรมส่วนปรมัตถ์

๑. ทานกถา เรื่องทาน การให้ การเสียสละ เผื่อแผ่การรู้จักแบ่งปัน การช่วยเหลือเกื้อกูล และอานิสงส์ของการให้ ทานญฺจ การให้คือ การให้ทาน เป็นมงคลประการ ๑ การให้สิ่งของแก่กันและกันนั้นมีหลายประเภท เหมือนอย่างทรัพย์มรดกแก่ลูกหลาน หรือวัตถุที่หาได้มาด้วยกันแจกแบ่งปันกัน เป็นต้น อย่างนี้ไม่นับเป็นการให้ทาน

การให้ทานนี้ประสงค์จากเจตนาด้วยคือ สละให้โดยมิได้หวังผลตอบแทนแต่ปฏิคาหก สัมปยุตด้วยเมตตากรุณา หวังประโยชน์ความสุขแก่ปฏิคาหกผู้รับ ถ้าผู้รับขัดสนชื่อว่าให้โดยการสงเคราะห์ ถ้าผู้รับไม่ขัดสน แต่ท่านทรงคุณควรบูชา เราให้แก่ผู้เช่นนั้น ชื่อว่าให้ด้วยการบูชา

การให้ทานนั้นหวังกุศลผลบุญเป็นผล ชื่อว่า ทานํ ในที่นี้กุศลผลบุญที่พึงจะได้ในการให้ทานนั้นคืออย่างไร กุศลนั้น คือความฉลาดคนผู้ฉลาดจึงให้ทานได้ เมื่อให้ทานแล้วก็เกิดผล คือบุญ บุญนั้นเป็นชื่อแห่งการสุขกายสุขใจ ด้วยผู้ให้ทานย่อมได้รับความยินดีว่า ทานเราได้ให้แล้ว ปฏิคาหกเราได้สงเคราะห์และบูชาแล้ว ส่วนปฏิคาหกผู้รับก็ได้รับแล้ว ความยินดีเกิดขึ้นแก่ปฏิคาหกว่า ไทยทานของท่านเราได้รับแล้ว การที่ได้รับความยินดีด้วยกันทั้งสองฝ่ายดังนี้ชื่อว่าผลบุญความยินดีอันนี้ จำเพาะจะได้แก่ผู้ให้ทาน ผู้ไม่ให้ทานจักไม่ได้พบกับเขาเลย

การที่ได้ความปีติยินดีต่อการให้ทานนี้ ชื่อได้ว่า บุญในปัจจุบันทันตา เมื่อในปัจจุบันได้รับกุศลผลบุญเสียแล้ว ในเบื้องหน้าเราไม่ต้องปรารถนาก็ได้ เพราะกุศลผลบุญเราได้ฝังแล้วในใจของเรา ใจเป็นผู้ทำใจเป็นผู้ได้ ใจเป็นผู้ไม่ตาย ในชาตินี้ใจก็เอิบอิ่มมีความสุขสบายตลอดชีวิต เท่ากับผู้มีเครื่องรางอันศักดิ์สิทธิ์ เข้าสู่สงครามย่อมไม่กลัวต่อมรณภัยเช่นนั้น

แท้จริงทานของทายกนี้เองเป็นรากแก้วของพระพุทธศาสนา ทายกผู้ได้บริจาคทานในพระพุทธศาสนา น้อยก็ตามมากก็ตาม ก็ได้ชื่อว่า อัครศาสนูปถัมภกพระพุทธศาสนาตามกำลังของตน พระพุทธศาสนาตั้งมาได้ ๒๕๕๓ ปีเศษ เป็นมาได้ด้วยอะไร พระสงฆ์สามเณร ทำไร่นาค้าขายอะไร อาศัยแต่ทานของทายก ทายิกาเป็นเครื่องเลี้ยงชีพ ได้มีเวลาพากันศึกษาเล่าเรียน รับศาสนาทายาทมาจนบัดนี้ พิจารณาเห็นเท่านี้ก็รู้จักคุณค่าของทาน

แม้องค์สมเด็จพระบรมศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้า เมื่อพระองค์ทรงสร้างพระบารมี ๑๐ ประการ ก็ยกทานบารมีขึ้นเป็นบทหน้าว่า ทานบารมี สีลบารมี เป็นต้น หมายความว่าทรงยกทานบารมีขึ้นเป็นใหญ่กว่าบารมีทั้งปวง

ส่วนวัตถุทานต้องอ้างที่มาในพระวินัยเป็นหลัก ในพระวินัยทรงอนุญาตปัจจัย ๔ คือ จีวร บิณฑบาต เสนาสนะ คิลานเภสัช ขึ้นว่าเป็นกรณีของควรทำแห่งพุทธบริษัท ที่จักมีอานิสงส์มากและน้อยนั้น แล้วแต่วัตถุทานกับปฏิคาหกผู้รับ ท่านแสดงไว้ว่า ทานนั้นประกอบด้วยเหตุ ๓ จึงมีผลมากคือวัตถุทานก็เป็นของประณีตบริสุทธิ์ ๑ ผู้ให้ทานก็เต็มไปด้วยศรัทธา ตัดมัจฉริยะเสียได้ ๑ ผู้รับก็เป็น ผู้ทรงคุณความดีมีสีลาทิคุณ เป็นต้น ๑ ทานพร้อมด้วยองค์ ๓ นี้ จึงชื่อว่าอัคคทานเป็นทานอันเลิศ เป็นทานมีผลใหญ่ ท่านแสดงเป็นแบบแผนสืบกันมาอย่างนี้ พึงถือเอาเนื้อความตามพระสังฆคุณบทว่า อนุตฺตรํ

ปุญฺญกฺเขตตํ โลกสฺส พระสงฆ์เป็นนาบุญอันสูงสุดของโลก ดังนี้ เห็นว่าเป็นพระสงฆ์แล้ว ก็จะถือว่าเป็นนาบุญสูงสุดไปหมดก็ไม่ได้ ที่ท่านแสดงไว้นี้ ท่านหมายพระอริยสงฆ์ ทุกวันนี้จะหาพระอริยสงฆ์ที่ไหน เพราะเหตุนั้น ต้องเลือกดูพระสงฆ์ผู้มีสีลาทิคุณเป็นเครื่องหมาย ให้เป็นผู้แทนพระอริยสงฆ์ เปรียบเหมือนผู้ทำนาทำสวนต้องดูพื้นที่ ถ้าพื้นที่ต้นหญ้าต้นไม้ขึ้นงาม พึงทำเถิดที่นั้นคงเกิดผลตามประสงค์ ถ้าต้นหญ้าต้นไม้ในพื้นที่นั้นขึ้นไม่งอกงามถึงจะทำก็ไร้ผล การให้ทาน ถ้าทำถูกต้องตามลักษณะที่ท่านพรรณนาไว้ก็อาจจักให้ผลได้รับความชื่นชมยินดีทั้งในปัจจุบันและเบื้องหน้าจึงนับว่าเป็นมงคลประการ ๑

๒. สีลกถา เรื่องศีล กล่าวถึงความประพฤติที่ถูกต้องตามทำนองคลองศีล คลองธรรม อานิสงส์ให้เกิดสุขให้เกิดโภคะเมื่อเข้าใจเช่นนั้นแล้ว พึงทำตนนี้แหละให้เป็นศีล ศีลนั้น ถ้าจะให้เลือกเอาเนื้อความโดยง่าย พึงจัดเป็น ๓ ประเภท ศีลอย่างต่ำ ศีลอย่างกลาง ศีลอย่างสูง

ศีลอย่างต่ำนั้น ได้แก่ ผู้ยังไม่ฉลาดถือตามเขา เข้าใจว่าสิกขาบทนั้น ๆ เป็นศีล ดังผู้ที่ถือศีล ๕ ก็เข้าใจว่า ปาณา อทินนา กาเม มุสา สุรา เป็นศีล ผู้รักษาศีล ๘ ก็ถือสิกขาบทในศีล ๘ เป็นศีล ผู้รักษาศีล ๒๒๗ ก็ถือเอาสิกขาบทในพระปาติโมกข์เป็นศีลก็ตั้งหน้ารักษาสิกขาบทนั้น ๆ ไป อย่างนี้เป็นลักษณะศีลอย่างต่ำ เพราะเห็นว่า

ตัวผู้รักษานั้นเป็นสภาพอันหนึ่ง ศีลผู้ถูกรักษานั้นเป็นสภาพอันหนึ่ง จึงจัดเป็นศีลอย่างต่ำ ศีลอย่างกลางนั้น คือ ถือกาย วาจา ใจ นี้เอง เป็นศีล ส่วนสิกขาบท เป็นแต่อาการของศีลต่างหาก หาใช่องค์ศีลไม่ ก็ตั้งหน้ารักษากาย รักษาวาจา พร้อมด้วยเจตนางดเว้นให้ตรงตาม สิกขานั้นๆ อย่างนี้ ชื่อว่า รักษาศีลอย่างกลาง คือกลางระหว่างสูง ระหว่างต่ำ เพราะกาย วาจา ใจ ยังปนสมมุติธรรมอยู่ ยังเป็นคติแห่ง สังขารอยู่ ยังตกอยู่ใน อนิจจลักษณะแท้ จึงจัดอยู่ในชั้นสีลัพพตฺต ปรามาส คือยังเป็นศีลไม่แน่นอน จึงจัดไว้ให้อยู่เพียงชั้นกลางเป็น ศีลอย่างกลาง

ศีลชั้นสูงนั้น ก็ถือสกลกายนี้แหละเป็นศีล คือ ถือตัวสภาพ ตัวปกติ ตัวธรรมดา คือ ส่วนที่พ้นจากสมมุตินั่นแหละเป็นศีลจึงจัดได้ ชื่อว่า ปกติศีล เพราะในสกลกายนี้ มีประเภท ๒ ประการ คือ สมมุติ ประการหนึ่ง ผู้ถูกสมมุติประการหนึ่ง ตัวสมมุตินั้นชื่อว่าสมมุติธรรม ตัวถูกสมมุตินั้นชื่อว่าวิมุติธรรมนั้นแหละเป็นศีล ศีลนั้นจึงชื่อว่าเป็นศีล อย่างสูง จัดเป็นอธิศีล เป็นบทแห่งสมาธิและปัญญา ตามนัยโอวาท ปาติโมกข์ว่า “สีลปริภาวิโต สมาธิ มหปฺผโล โหติ มหานิสํโส, สมาธิปริ ภาวิโต ปญฺญา มหปฺผลา โหติ มหานิสํสา, ปญฺญาปริภาวิตํ จิตฺตํ สมฺม เทวอาสเวหิวิมุจฺจติ” ดังนี้ ผู้ยังยึดมั่นถือมั่นว่าสมมุติเป็นตัวตน ชื่อว่า ปุถุชน ผู้พ้นจากสมมุติแล้ว ชื่อว่า อริโย ผู้หมดข้าศึกภายใน แต่ท่าน จัดไว้เป็นชั้นตามปหานกิเลส ถ้าถึงนิรวเลสได้ ก็ได้ชื่อว่าพระอรหันต์ ชื่อว่าเป็นผู้พ้นจากอำนาจ พ้นจากวิสัยของพระยามารเสวย

นิรามิสสุขโดยส่วนเดียว ไม่ต้องเกิด แก่ เจ็บ ตาย อีกต่อไป ขอให้โยคาพจรผู้เห็นภัยในโลก อย่าพึงเข้าใจว่าเหลือความสามารถแห่งตนเดชกุศลก็อาจเป็นผลสำเร็จได้ ดังบรรยายมานี้แล

๓. สัคคกถา เรื่องสวรรค์ อานิสงส์ของทานและศีล ทำให้บันเทิงในความสุขอันประณีต ในภพนี้และภพหน้า อันเป็นผลมาจากการปฏิบัติ อันเป็นส่วนที่พึงได้พึงถึง จัดเป็นแสดงกามคุณและกามโทษไว้ให้รู้ทั้ง ๒ ประการ ส่วนกามคุณนั้น เป็นกามสุข เป็นสวรรค์ พึงรู้ว่ากามเป็นผู้สร้างโลก เป็นผู้ให้ความสุขแก่โลก สัตว์ที่เกิดขึ้นในโลก เกิดขึ้นได้ด้วยอำนาจของกาม ความสุข ความเพลิดเพลินเจริญใจที่กามบำเหน็จให้จะพรรณนาหาที่สิ้นสุดมิได้ ตั้งต้นแต่เป็นเด็กเยาว์วัยเพียง ๕ ขวบขึ้นไปถึง ๑๕ ขวบ นับว่ายังตกอยู่ในจำพวกเป็นเด็ก ความสุขในระยะนี้สุขกิน สุขนอน สุขวิ่ง เต้น สุขเที่ยวเล่น สุขแต่งกายด้วยเครื่องประดับสุขเล่าเรียนวิทยาศิลปะ สุขดูโขนดูหนังดูการละเล่น มีแต่ความเพลิดเพลินเจริญใจอย่างเดียว จะพรรณนาความสุขของเด็กไม่มีที่สิ้นสุด เพราะไม่ได้คิดถึงความดี ความมี ความจน ความได้ ความเสียจึงเพลิดเพลินยิ่งนัก ต่อแต่อายุ ๑๕ ปี ๑๖ ปีขึ้นไป สุขในความเป็นหนุ่มสาวทั้งชายทั้งหญิง ชายเป็นบ่าว หญิงเป็นสาว เจ้าบ่าวสาวเป็นชายกลาง เป็นหญิงกลาง ต่างคนก็ต่างจะจองเอาไว้เป็นสมบัติของตน ต่างคนก็ต่างจะเลือกหาผู้ที่ชอบใจของตน ตอนนี้เป็นมหาสนุกใหญ่ต้องแต่งเนื้อแต่งตัวผัดแป้งทาหน้า ฉาบขมิ้นน้ำมัน น้ำอบ น้ำหอมต้องใส่สายสร้อยตุ้มหู แต่งกันใหญ่ มีงานอะไรก็ออกมาโชว์กัน ต้องเกี่ยว

ด้วยเพลงตาบ้าง ด้วยเพลงฝีปากบ้าง ต้องใช้สื่อบ้าง ต้องใช้สารพัดร้อยแปด ต่างคนต่างหึงหวงกัน ต่างคนต่างแย่งกัน ต่างคนต่างคิดกลอุบายถ่ายเทด้วยเสน่ห์ยาแฝดเวทมนต์กลมายาต่าง ๆ หาที่สิ้นสุดมิได้ ตอนนี้สนุกเหลือเกิน จะเอาสวรรค์ที่ไหนมาเปรียบสวรรค์ที่อยู่กับตัวเราแล้ว ความสุขในระยะที่เป็นบ่าวเป็นสาวนี้ก็พรรณนาไม่ทั่วถึง เมื่อเสร็จการได้มาเป็นสมบัติของตนแล้ว นับว่าความปรารถนานั้นสำเร็จ ยิ่งมีความสุขสำราญบานใจทีเดียว แต่นั้นก็ตั้งหน้าพากันทำมาหากินมีผัวถ่อเมียพายตั้งบ้านเรือนทำสวนทำนาค้าขายสุดแต่วิชาของตน ควรแก่งานในหน้าที่ใด ก็ตั้งหน้าทำการงานในหน้าที่นั้นเพื่อบำรุงความสุขเรื่อยไปที่เดียว ถ้ามีบุญวาสนา ยิ่งทำมาหาได้มั่งมีบริบูรณ์มีลูกหลาน มีบริวารยศฐานาศักดิ์ขึ้น ก็ยังเพิ่มความสุขให้ไพศาลขึ้นไป อยู่ในโลกนี้ก็ได้รับความสุขที่กามบำเหน็จให้อย่างเต็มที่ ยังได้เตรียมการต่อไปในเบื้องหน้า คือ ได้ให้ทาน รักษาศีล เจริญเมตตาภาวนา ก่อสร้างถาวรวัตถุ คือ สร้างวัด สร้างโบสถ์ วิหารการเปรียญ สร้างศาลา สร้างสระน้ำ สร้างถนนหนทาง ปลูกต้นไม้ดอกไม้ให้ผลให้ร่มเงาเป็นทาน เป็นการหากำไรที่จักติดตามแต่งความสุขต่อไปในชาติหน้าด้วย

ส่วนท่านที่มีอุปนิสัยทางบุญได้บำเพ็ญมามากแล้ว ก็ตั้งหน้าบำเพ็ญบารมีให้แก่กล้าขึ้น เป็นต้นว่าได้บวชเรียนในพระพุทธศาสนา ตั้งหน้าเจริญสมถวิปัสนา ยังอธิศีล อธิจิต อธิปัญญา ให้แก่กล้าได้สำเร็จโลกุตรภูมิตามสมควรอุปนิสัยของตน บางพวกปฏิญาณตน

เป็นอุบาสก อุบาสิกาถึงพระไตรสรณคมน์เป็นที่พึ่งตามสมควรแก่ความสามารถของตน ที่พรรณนามานี้เพียงเล็กน้อยเพื่อจะให้เห็นคุณค่าของกาม เพราะกามเขาสร้างมา เขาก็บำเหน็จความสุขให้มีพระนิพพานเป็นขีด กามคุณ พึงเข้าใจความหมายแห่งกามคุณโดยย่อดังบรรยายมานี้ ที่บรรยายมานี้เพียงเล็กน้อยไม่เพียงพอที่ได้รับความสุขจากกาม พรรณนาคุณของกามไว้เพียงเท่านี้

๔. กามาทีนวกถา เรื่องโทษแห่งกาม กล่าวส่วนเสียและข้อบกพร่อง พร้อมทั้งผลอันร้ายกาจที่สืบเนื่องมาจากกาม ไม่ควรหลงเพลิดเพลินมัวเมา รู้จักเบื่อหน่ายคลายกำหนัด กามาทีนวกถาต่อนี้จะแสดงโทษของกาม คือโทษที่กามบำเหน็จให้ เจ้ากามสร้างอัตภาพร่างกายขึ้นมา ให้บริบูรณ์ด้วยอวัยวะ คือ ตน ตัว หัว ขา มือ เท้า ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ครบบริบูรณ์แล้ว แต่ที่จะประณีตเลวทรามผิดแผกต่อไปนั้น สุดแต่พี่เลี้ยงจะประคบประหงม พี่เลี้ยงนั้นคือ บุญกับบาป ถ้าใครรักบุญชอบบุญ บำเพ็ญภาวนาให้มากๆ บุญผู้เป็นพี่เลี้ยงก็คอยตกแต่งให้ได้ส่วนประณีตทั้งสมบัติภายในภายนอกให้ได้รับความสุขมาก ถ้าผู้ใดชอบบาป รักบาป ทำบาป ทำกรรมอันเลวทรามไว้มาก ผู้นั้นก็ได้พี่เลี้ยงที่เลวทราม พี่เลี้ยงผู้เลวทรามนั้นแหละคอยแต่งให้ได้ส่วนเลวทรามทั้งสมบัติภายในและภายนอกได้รับความทุกข์มาก

กามโทษนั้น ตั้งแต่เกิดมา เขายังแต่งความทุกข์มาพร้อมทีเดียว คือ กำลังก็น้อย อำนาจก็น้อย ถูกแต่เขาข่มเหงเบียดเบียนร้องไห้ไม่ขาดวัน ถูกผู้ใหญ่เขาบังคับให้ทำงานบ้าง ให้เล่าเรียนวิชาบ้างจะกินจะนอน จะเล่นสนุกตามชอบใจของตนเป็นอันไม่ได้ แสนยาก แสนลำบาก ที่จะแสดงมานี้เป็นส่วนทุกข์ภายนอก ยังทุกข์ภายในก็เหลือนับ เป็นต้นว่า เป็นตาล เป็นซาง เป็นไข้ เป็นฝีดาษ เป็นฝีน้อยฝีใหญ่ ปวดหัว เจ็บท้อง เป็นนิ่ว เป็นตะมอย คุดทะราด กลาก เกลื้อน นับไม่ถ้วน ทำให้เสียโฉมเสียอวัยวะนับไม่ถ้วนตายเสียในระหว่างเป็นเด็กก็เหลือล้น ครั้นเจริญวัยเป็นบ่าวเป็นสาวแล้ว การงานสำหรับบ่าวสาวก็ไม่ใช่น้อย ครั้นมีเหย้ามีเรือนแล้วก็ยิ่งลำบาก ต้องตั้งหน้าหาเงินหาทอง หาลาภยศ ถ้ามีชีวิตต่ำก็ต้องตั้งหน้าตั้งตาทำนาทำสวนค้าขาย รับจ้างรับวานเขาตามสมควรแก่วิชาที่มีในตน ตั้งหน้าวิตกวิจารณ์ไป กลัวจะไม่เท่าเทียมเขา ครั้นมีลูกหลานขึ้นก็ยิ่งเดือดร้อน นอนไม่เป็นสุข ยุ่งในการทำมาหากิน ยุ่งในการเลี้ยงลูกเลี้ยงหลาน กลัวจะพาลูกหลานอดอยากยากแค้นแสนวิตก ครั้นลูกหลานเจ็บไข้ได้พยาธิ พ่อแม่แทบจะตายตามยิ่งลูกตายลงเสียด้วย พ่อแม่พากันเป็นทุกข์ เหลือที่จะปกปิด ทุกข์ออกหน้าออกตาทีเดียว ยิ่งผัวตายหรือเมียตาย ก็ยิ่งเป็นทุกข์ใหญ่แทบจะตั้งตัวไม่ได้ ถ้าบุญกุศล อุปถัมภ์ อยู่ด้วยกันเป็นสุข ต่อแก่เฒ่าจึงพากันตายค่อยดีหน่อย ส่วนที่บรรยายมานี้เป็นทุกข์ภายนอกเหลือล้น พรรณนาไม่ทั่วถึง ยังทุกข์ภายในก็นับไม่ถ้วน คือ โรคภัยไข้เจ็บมีประเภทต่าง ๆ

จกฺโรคา โรคเกิดในตา เป็นตาเปียก ตาแฉะ ตาแดง ตามืด ตามัวตาเป็นฝีเป็นต้อต่าง ๆ นับไม่ถ้วน, โสโรโค โรคเกิดในหู เป็นฝีในหูเกิดน้ำหนวกน้ำเน่าในหู ริดสีดวงในหู เกิดหูหนวกหนักมีหลายประเภท, ฆานโรโค โรคเกิดในจมูก เป็นริดสีดวงในจมูก เนื้องอกในจมูก จมูกโหว่ จมูกตัน โรคหวัด โรคคันในจมูก มีมากประเภทเหมือนกัน มุขโรโค ชิวฺหาโรโค โรคเกิดในปากและลิ้น เป็นโรคปากเปื่อย ลิ้นเปื่อย เจ็บปาก เจ็บลิ้น เจ็บเหงือก โรคเกิดในปาก ในลิ้นก็เหลือล้นนับไม่ถ้วน, สีโรโค โรคเกิดที่ศีรษะ เป็นกลาก เป็นเกลื้อน เป็นโรคคันศีรษะจนผมร่วง เป็นกาฬ ถ้าไม่มีศีรษะเหมือนตัวปูเช่นนั้นไม่ต้องเจ็บ ไม่ต้องปวดแต่ก็จะเห็นจะไม่สวยไม่งาม, กายโรโค โรคเกิดที่กายนับทั้งในท้องในลำไส้ ด้วยโรคหืด โรคหอบ ฝีในท้อง ฝีในลำไส้ร้อยแปด โรคมะเร็งร้อยแปด คุดทะราด หิดเปื่อย หิดด้าน ริดสีดวง มองคร่อ กุฏฐัง โรคผิวหนังมากอย่างนับไม่ถ้วน ล้วนเป็นอันตรายแก่ชีวิต อันตรายแก่ความสุข แม่เจ้าเอ๋ย ร่างกายของเรานี้น่าสยดสยอง ช่างเป็นเรือนของโรคจริง ๆ มีมือมีเท้าไว้สำหรับใช้จำเพาะเป็นเจ้าของโรคเสียอีก โรคตะมอยลำมะลอก ก็ชอบเป็นที่มือที่เท้า ในเวลาพลาดเผลอตกต้นไม้ ตกร่องตกบ่อตกเหว หรือพลาดล้ม จำเพาะหักที่แขนที่ขา โรคสำหรับแขนขาก็นับไม่ถ้วน ถ้าไม่มีแขนขาเหมือนงูและปลาเช่นนั้น ก็จักไม่มีโรคเกิดในที่นั้น แต่มนุษย์เราถ้าไม่มีแขนขา ก็จะทำการงานใดมิได้เลย ช่างมากมายหลายประเภทเหลือเกิน โรคทั้งหลายเหล่านั้น อาจจะเกิดขึ้นแก่ใครในเวลาเดียวกันก็ได้ เพราะเหตุนั้นจึงต้องพากันตายดื่นดาษ

ตั้งต้นตั้งแต่อยู่ในท้องมารดาเขาก็ตาย เป็นเด็กแรกรุ่นเขาก็เคยตาย มีบุตรคนหนึ่งสองคนเขาก็เคยตาย ตอนกลางคืนหรือตอนเย็น ผู้ใหญ่หรือแก่เฒ่าแล้วเขาก็เคยตาย เป็นพระเป็นเณรเป็นฐานาปาเรียญ ตลอดถึงพระราชาคณะชั้นสูงสุดก็เคยตาย คฤหัสถ์ก็เคยตาย นักบวชก็เคยตาย ผู้ชายก็เคยตาย ผู้หญิงก็เคยตาย คำที่ว่าเคยตายนั้น คือ ตายให้เราเห็นมาแล้วทั้งนั้น

เมื่อมาคำนวณดูโทษทั้งหลายเหล่านี้ ด้วยหมายว่าเป็นกามโทษทั้งสิ้น คือ เจ้ากามผู้แต่งความสุขให้นั่นเอง หาแต่งความสุขให้เท่านั้นยังแต่งความสุขให้เสียดาย เมื่อเจ้ากามเป็นสัปดน สร้างสัตว์ขึ้นแล้วสร้างสุขสร้างทุกข์ให้ด้วย แล้วเขาก็นั่งคอยดูสรรพสัตว์เสวยสุขทุกข์เล่นตามสบาย เท่ากับเขาหัดละครไว้ดูเล่น ถ้าสัตว์ได้สุขได้ทุกข์เวลาใดเขาก็ชอบใจ ฮาบ้าง หัวร่อตัวงอบ้าง ถ้าพวกเราชอบสุขของเขาก็เป็นอันชอบทุกข์ของเขานั้นเอง พวกเขาถลำเข้าไปอยู่ใต้อำนาจของเขาเสียแล้ว ควรจะปรึกษาหารือกันดู จะยอมอยู่ใต้อำนาจของเขารับสุขทุกข์ซึ่งเขาบำเหน็จไว้ให้สำหรับดูเล่น ยอมให้เขาดูอย่างนี้ร่ำไปทีเดียวหรือความจริงการอยู่กับเขาก็ไม่ลำบาก อยู่เรื่อย ๆ ไปอย่างนี้แหละ เขาพาทำอะไรก็ทำตาม ๆ เขาไป เขาพาสวยงาม อย่างไรก็สวยงามตามเขาไปก็แล้วกัน แท้ที่จริง เจ้ากามเป็นผู้แต่งให้เกิดเท่านั้น ข้อสำคัญอยู่ที่พี่เลี้ยง คือ บุญบาป ถ้าเป็นบุญอุปถัมภ์ก็ได้รูปดีสีงาม โรคภัยไข้เจ็บน้อยมีสติและปัญญามาก บริบูรณ์ด้วยโภคทรัพย์ พร้อมทั้งลาภและยศมีอายุยืน มีความสุขมาก ถ้าบาปอุปถัมภ์เกิดตระกูลต่ำ รูปเลวทราม

มีโรคมาก ยากจน โง่เขลา อายุสั้น หาความสุขได้โดยยาก เมื่อเป็นเช่นนี้ควรทำบุญไว้ให้มากดีกว่า จะเกิดอีกเถอะ แต่ให้มีความสุขตลอดชาติก็แล้วกัน ความจริงเครื่องล่อลวงให้เราหลงอยู่ทุกวันนี้ ก็คือร่างกายนี่เอง ถ้าดูความจริง ความสวยงามก็มีเพียงผิดเท่านั้น แต่ถึงอย่างนั้นก็ต้องขัดสีอาบทาตกแต่งไม่เว้นวันจึงพอดู ร่างกายเป็นของเปื้อนเปรอะที่เห็นสวยๆ งามๆ ผ่านไปนั้น เราถูกหลอกเข้าเสียแล้ว เขาอาบน้ำขัดสีทาประดับประดาตกแต่งมาใหม่ๆ นี่เอง แป้งบ้างขมิ้นบ้าง สายสร้อย ตุ้มหูบ้าง ผ้าสี แพรสีบ้าง สวมเข้าไว้ เครื่องหลอกลวงทั้งนั้น หาสวยงามจริงจังอย่างนั้นไม่ ข้อสำคัญที่เหมือนกันไปหมดที่ติเตียนไม่ได้ ก็เพราะเหมือนกันนั่นเอง ถ้าติเตียนเขาว่าไม่สวยงามก็ถูกตัวเข้าด้วย เพราะเหตุนั้น ไม่ต้องติเตียนกัน ให้ดูแต่ความจริงในตัวนี้ ที่นิยมกันว่าสวยงาม ก็หมายที่ดวงหน้า ถ้าดวงหน้าไม่บูดบึ้งไม่พิการ สละสลวยดี ก็ชมกันว่าสวยเท่านั้น แต่ความจริงดวงหน้าเป็นที่ปฏิกูลยิ่งกว่าที่อื่น เราเองอาจรู้จักของเราได้ดีพึงสังเกตดู พอตื่นนอนก็รีบตะลีตะลานหาน้ำล้างหน้าทีเดียว ทำไมจึงต้องล้างหน้าก่อนเขาไม่ล้างได้หรือ มันเปื้อนหลุมคุกมีอยู่ที่วงหน้าถึง ๗ หลุม คือ ตา ๒ หู ๒ จมูก ๒ ปาก ๑ เขาเรียกกันว่า ขี้ตา ขี้หู ขี้จมูก ขี้ฟัน วงหน้าที่ว่าสวยนั้นแหละจำเพาะเป็นป่าแห่งหลุมคุกเสียด้วย ไม่ใช่แกล้งหาโทษความจริงหากเป็นอย่างนั้นก็เหมือนกันหมด จะพากันเพลินไปถึงไหน จะพากันตั้งหน้ารำละครให้เจ้าพญามารเขาดูเล่นอย่างนี้ร่ำไปทีเดียว หรือ จะไม่อายพระอริยะเจ้าบ้างหรือ แต่จำพวกที่เขา

มืดมนอนธการจริงๆ ก็ควรยกให้เป็นอโหสิกรรม ส่วนจำพวกที่แลเห็นทุกข์สุขของโลก แลเห็นโทษของโลกว่าเต็มไปด้วยภัยอันตรายอาจจะมาถึงตัวเราวันใดก็ได้สมควรจะคิดหนีให้พ้นอำนาจของพญามาร ให้บรรลุนิรามิสสุข คือ อมตธรรม ซึ่งเป็นธรรมอันไม่เกิดไม่ตายดีกว่าเป็นแน่ ทางที่จะหนีให้พ้นอำนาจของพญามาร มีแต่พระพุทธเจ้าพระองค์เดียวท่านหนีพ้นแล้ว ท่านทรงเป็นมรรคนายก ผู้นำทางชี้ทาง ผู้ที่เชื่อต่อพระองค์เดินตามทางที่พระองค์ทรงแนะนำ พากันพ้นจากอำนาจพญามารนับประมาณไม่ถ้วน ยังอยู่แต่พวกเรานี้แหละจะพากันคิดประการใดทางที่พระองค์ทรงชี้แจงประทานไว้โดยย่อมีมากมาย พอสมควรพวกเราจะพากันปฏิบัติดำเนินตามได้ทั้งนั้น

๕. เนกขัมมานิสังสกถา เรื่องอานิสงส์แห่งการออกจากกาม กล่าวถึงผลดีของการไม่ลุ่มหลง ไม่เพลิดเพลิน ไม่ติดอยู่ในกาม และให้มีฉันทะที่จะทำความดี แสวงหาความสุขสงบเยือกเย็นยิ่ง ๆ ขึ้นไปกว่านั้น คือ การออกบวชถือพรหมจรรย์ พฺรหมจริยญฺจ การประพฤติพรหมจรรย์เป็นมงคลประการ ๑ ดังนี้อธิบายว่า ที่ว่าพรหมจรรย์นั้น ท่านหมายความว่า ประพฤติตนให้เหมือนพรหม พรหมนั้นปราศจากเพศหญิงชาย เพราะวิถีจิตที่สัมปยุตด้วยกามาพจรชวนะ ดับเสียแล้ว ก่อนแต่ได้ปฐมฌานผู้ที่จักได้อัตภาพเป็นพรหม ต้องให้สำเร็จฌานแต่ปฐมฌานขึ้นไปเพราะเหตุนั้นพวกพรหมจึงไม่ปรากฏเป็นเพศหญิง เพศชาย เหตุนั้นผู้ประพฤติพรตเว้นจากกาม จึงชื่อว่าผู้ประพฤติพรหมจรรย์ ถ้าเว้น

จากอสัทธรรมกามบริโภคแล้ว จะถือเพียงศีล ๕ หรือกุศลกรรมบถ ก็ชื่อว่าประพฤติพรหมจรรย์ได้ การรักษาอุโบสถศีลหรือศีล ๑๐ ศีลพระปาติโมกข์ ชื่อว่าประพฤติพรหมจรรย์โดยตรง

การประพฤติพรหมจรรย์นี้มีคุณอานิสงส์เป็นอันมาก เพราะตัดมูลแห่งความเดือดร้อนออกจากใจของตนได้ด้วยว่า ความร้อนอะไรในโลกจะร้อนเสมอ ด้วยเพลิงย่อมไม่มี มีแต่กามอย่างเดียวเท่านั้นร้อนยิ่งกว่าเพลิงธรรมดาเสียอีก บรรดานักปราชญ์ในโลกผู้ใดเห็นโทษของกามแล้วย่อมสละออกประพฤติพรตพรหมจรรย์มีอยู่ไม่ขาดไม่จำเพาะแต่อยู่ในพุทธกาล มีฤาษี ปริพาชกเป็นตัวอย่าง เมื่อมาถึงพุทธสมัยองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ซึ่งได้เป็นประโยชน์แห่งพุทธบริษัท ปรากฏพระนามมาจนทุกวันนี้ พระองค์ก็ทรงเห็นโทษของกามว่าเป็นเครื่องผูกพันทำปัญญาให้ทุพพลภาพ เป็นเครื่องขัดข้องต่อทางพระดำริที่จะออกจากชาติ ชรา มรณะ อันเป็นต้นเหตุแห่งทุกข์ทั้งปวง พระองค์จึงได้สละสุขสมบัติ ออกทรงประพฤติพรตพรหมจรรย์บำเพ็ญตปธรรมจนได้บรรลุพระสยัมภูญาณสัมพุทธวิสัยมาแล้วได้ทรงประกาศพุทธศาสนาแก่พุทธบริษัทให้ได้ดำเนินตามต่อๆมาจนถึงทุกวันนี้ พระองค์ผู้เดียวทรงทำคุณทำประโยชน์แก่โลกไม่มีสิ้นสุด น่าพิศวงอัศจรรย์เหลือเกิน ที่จักสำเร็จสยมภูสัมมาสัมโพธิ์ญาณถึงปานนั้น ก็เพราะทรงประพฤติพรหมจรรย์เป็นเหตุเพราะเหตุนั้นการประพฤติพรหมจรรย์จึงชื่อว่า เป็นมงคลอันสูงสุดประการ ๑

เมื่อพระพุทธองค์ทรงแสดงอนุปุพพิกถา แก่คฤหัสถ์ผู้มีอุปนิสัยสามารถที่จะบรรลุธรรมพิเศษได้แล้ว จึงแสดงอริยสัจ ๔ อริยสจฺจานทสฺสนํ การเห็นอริยสัจทั้งหลายเป็นมงคลประการ ๑ ดังนี้ อธิบายว่า อริยสัจจ์ แปลว่า ของจริงอันประเสริฐ ของจริงไม่มีข้าศึก คือว่าของจริงนั้นถ้าผู้ใดเห็นแล้วย่อมหมดข้าศึกแห่งตัว ไม่ทำตัวให้เป็นข้าศึกแก่ตัวต่อไป ด้วยว่าคนอื่นเป็นข้าศึกไม่เป็นข้อสำคัญอะไรนักและมีทางที่จะป้องกันได้มาก และมีห่างๆ นานๆ จึงจะมีขึ้น ส่วนตัวเป็นข้าศึกแก่ตัวนี้ ออกจะมีเกือบไม่เว้นวัน หาทางแก้การป้องกันก็แสนยาก ข้าศึกนั้นคืออะไร คือ โลภะ โทสะ โมหะ อิสสา พยาบาท ความรัก ความชัง ทิฐิมานะ เหล่านี้เป็นต้น ข้าศึกเหล่านี้คนทำใส่ตนเองแล้วได้รับผลเป็นทุกข์ คือ

โสกะ ความโศกเศร้าเสียใจ ปริเทวะ ความบ่นร่ำรี้ร่ำไร โทมนัส ความต่ำต้อย น้อยใจ อุปายาส ความคับแค้นใจ เป็นตัวผลทนทุกข์เวทนาแสนสาหัส ข้าศึกผู้นำเป็นผลทุกข์ มาให้บ่อย ๆ เหล่านี้ ถ้าเห็นสัจจะทั้งหลายเหล่านั้นแล้วก็จะล้มเลิกการต่อสู้ ไม่มารบกวนอีกต่อไป สัจจะทั้งหลายเหล่านั้นจึงชื่อว่าเป็นสัจจะอันประเสริฐ

ในพระจตุราริยสัจทั้ง ๔ ประการ คือ ทุกข์ ๑ เหตุแห่งทุกข์ ๑ ความดับทุกข์ ๑ ข้อปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์ ๑ คุณธรรมทั้ง ๔ นี้ เป็นประการนี้ ชื่อว่าของจริงอริยสัจ เมื่อรู้ว่าคุณธรรมทั้ง ๔ นี้เป็นของจริงแล้ว ยังต้องการความเห็นอีกชั้นหนึ่ง คือ ให้เห็นจริงในคุณธรรมทั้ง ๔ นั่นแหละตามความเป็นจริงอย่างไร ในที่นี้ผู้แสดงไม่ประสงค์จะ

แสดงให้ยืดยาวเพราะเวลาจำกัด ขอแสดงโดยย่อพอได้ใจความเท่านั้น การเห็นอริยสัจนั้น พึงตั้งสกลกายของตนนี้เป็นประธานสำหรับรับรองคุณธรรมทั้ง ๔ นั้น คือ ให้รู้ให้เห็นสกลกายนี้เป็นทุกข์ เพราะชาติ ชรา มรณะ ความไม่รู้ไม่เห็นว่าสกลกายนี้เป็นตัวทุกข์ นั่นแหละเป็นสมุทัย เพราะให้เกิดโสกะ ปริเทวะ ทุกขะ โทมนัส อุปายาส เมื่อความรู้ความเห็นว่าสกลกายนี้เป็นตัวทุกข์ ความไม่รู้ไม่เห็นนั้นก็ดับไป ชื่อว่านิโรธ เพราะดับโสกะ ปริเทวะ ทุกขะ โทมนัส อุปายาสความรู้ความเห็นว่าสกลกายนี้เป็นทุกข์ด้วย เหตุด้วย เป็นสมุทัยด้วยเหตุนี้ เป็นนิโรธด้วยเหตุนี้ นั่นแหละเป็นมรรค คือ เป็นสัมมาทิฐิ จะเป็นองค์สัมมาทิฐิเกิดขึ้นได้ก็ต้องอาศัยมัคคสมังคี คือ องค์อวัยวะของมรรคทั้ง ๘ มีสัมมาทิฐิ เป็นต้น สัมมาสมาธิเป็นดีที่สุด มีขึ้นพร้อมกันที่สกลกายนี้สกลกายจึงชื่อว่าเป็นมรรค ให้พุทธบริษัทพึงสำคัญอริยสัจ ๔ ใน ๑ อริยมรรค ๘ ใน ๑ หนึ่งคือ สกลกายนี้ อย่าไปเพ่งในที่อื่น รู้ตัวเห็นตัว ชื่อว่า สัมมาทิฐิ ชื่อว่าวิชชา ในที่นี้รู้นอกออกไปจากตัวนี้ไม่นับเข้าในญาณทัสสนะ ความรู้ความเห็นสัจจะทั้ง ๔ นี้เป็นเหตุให้ทุกข์ดับเสียได้ จึงชื่อว่าเป็นมงคลอันสูงสุดประการหนึ่ง

ความสันโดษ เธอเป็นผู้สันโดษด้วยจีวรเป็นเครื่องบริหารกาย ด้วยบิณฑบาตเป็นเครื่องบริหารท้อง เธอจะไปทิศาภาคใดๆ ก็มีปีกของตัวเองบินไปได้ฉันใด ภิกษุก็ฉันนั้นแล เธอเป็นผู้สันโดษด้วยจีวรเป็นเครื่องบริหารร่างกาย ด้วยอาหารบิณฑบาตเป็นเครื่องบริหารท้อง เธอจะไปทิศาภาคใดๆ ก็ถือไปได้ด้วยเธอเอง

ศีลขันธ์ให้เป็นอริยะ ภิกษุนั้น ประกอบด้วยศีลขันธ์ อันเป็นอริยะนี้ย่อมได้เสวยสุขอันปราศจากโทษภายใน เธอเห็นรูปด้วยจักษุแล้วไม่ถือนิมิต ไม่ถืออนุพยัญชนะ เธอย่อมปฏิบัติเพื่อสำรวมจักขุนทรีย์เมื่อไม่สำรวมจะเป็นสาเหตุให้อกุศลกรรมอันลามก คือ อภิชฌา และโทมนัสครอบงำจิตนั้น เธอย่อมรักษาจักขุนทรีย์ ชื่อว่า ถึงความสำรวมในจักขุนทรีย์ เธอฟังด้วยเสียงโสตะ ดมกลิ่นด้วยฆานะ ลิ้มรสด้วยชิวหาถูกต้องโผฏฐัพพะด้วยการรู้แจ้งเห็นธรรมอารมณ์ด้วยใจแล้วไม่ถือนิมิต ไม่ถืออนุพยัญชนะ เธอย่อมปฏิบัติเพื่อสำรวม มนินทรีย์ที่เมื่อสำรวมแล้วจะเป็นเหตุให้อกุศลกรรม อันลามก คือ อภิชฌาและโทมนัสครอบงำนั้นชื่อว่ารักษาอินทรีย์ ชื่อว่าเธอสำรวมในมนินทรีย์ ภิกษุประกอบด้วย อินทรีย์สังวร อันเป็นอริยะเช่นนี้ย่อมได้เสวยสุขอันไม่ระคน ด้วยกิเลส ในภายในทำความรู้สึกตัวในอิริยาบถ

ภิกษุนั้นย่อมทำความรู้สึกตัว ในการก้าวไป ในการถอยกลับในการแลซ้ายมองขวา ในการมองไปข้างหน้า เหลียวไปข้างหลังในการคู้เข้า ในการเหยียดออก ในการทรงสังฆาฏิ บาตรและจีวรในการฉัน ในการดื่ม ในการขบ ในการเคี้ยว การลิ้มรส ในการถ่ายอุจจาระ–ปัสสาวะ เธอย่อมทำความรู้สึกไปในตัว ในการเดิน ในการยืน ในการนอน ในการหลับ ในการตื่น พลิกแพง ตะแคงซ้าย ตะแคงขวา ลืมตา อ้าปาก ขากถุย ในการคิด ในการวิเคราะห์ ในการพูดการนิ่ง การละกิเลสอย่างกลาง

ภิกษุนั้นประกอบด้วย ศีลขันธ์อินทรีย์สังวร มีสติและสัมปชัญญะ อันเป็นอริยะ เช่นนี้แล้ว เธอย่อมเสาะเสนาสนะอันสงัด คือราวป่า โคนไม้ ภูเขา ซอกเขา จะงอยผา ในถ้ำ ป่าช้า ป่ารกชัฏ ที่แจ้ง ล้อมฟาง เรือนว่าง เธอกลับจากบิณฑบาตแล้วในการภายหลังภัตกิจ นั่งคู้บัลลังก์ตั้งกายไว้ให้ตรงดำรงสติไว้เฉพาะหน้าเธอและความเพ่งเล็งทุกสิ่งในโลก มีใจปราศจากความเพ่งเล็งอยู่เธอย่อมชำระจิตให้บริสุทธิ์จากความเพ่งเล็งและความประทุษร้าย คือพยาบาทได้ ละถีนมิทธะแล้ว เป็นผู้ปราศจากถีนมิทธะ กำหนดหมายอยู่ที่แสงสว่าง มีสติ มีสติสัมปชัญญะอยู่ ย่อมชำระจิตให้บริสุทธิ์จากถีนมิทธะ ละอุทธัจจกุกกุจจะแล้ว เป็นผู้ข้ามวิจิกิจฉา ไม่มีความเคลือบแคลงในกุศลธรรมทั้งหลายอยู่ย่อมชำระจิตให้บริสุทธิ์จากวิจิกิจฉาได้ฌานภิกษุนั้นละนิวรณ์ ๕ เหล่านี้ อันเป็นเครื่องเศร้าหมองแห่งจิตใจอันทำปัญญาให้ทุรพลได้แล้ว สงัดจากกามสงัดจากอกุศลกรรมบรรลุปฐมฌาน มีวิตก มีวิจาร มีปีติ และสุขเกิดแต่วิเวกอยู่บรรลุทุติยฌาน มีความผ่องใสแห่งจิตใจในภายในเป็นธรรมเอกผุดขึ้นไม่มีวิตก ไม่มีวิจาร เพราะวิตกวิจารสงบไปมีปีติสุข เกิดแต่สมาธิอยู่ มีอุเบกขา มีสติสัมปชัญญะ และเสวยสุขด้วยนามกายเพราะปีติสิ้นไป บรรลุตติยฌาน ที่พระอริยะทั้งหลายสรรเสริญว่าผู้ได้ฌานนี้ เป็นผู้มีอุเบกขา มีสติอยู่เป็นสุข บรรลุจตุตถฌาน ไม่มีทุกข์ ไม่สุข เพราะละทุกข์ ละสุข และดับโสมนัส โทมนัสก่อนๆ ได้ มีอุเบกขา เป็นเหตุให้สติบริสุทธิ์อยู่

บุพเพนิวาสานุสสติญาณ ภิกษุนั้นเมื่อจิตเป็นสมาธิ บริสุทธิ์ ผ่องแผ้วแล้วไม่มีกิเลสปราศจากอุปกิเลส อ่อนนุ่มนวลควรแก่งานตั้งมั่นไม่หวั่นไหวอย่างนี้ ย่อมโน้มจิตไป น้อมจิตไปเพื่อบุพเพนิวาสานุสสติญาณ เธอย่อมระลึกก่อนได้เป็นอันมาก คือ ระลึกได้หนึ่งชาติบ้าง สองชาติบ้าง สามชาติบ้าง แสนชาติบ้าง ตลอดสังวัฏกัปเป็นมากบ้าง ในภพโน้นเรามีชื่ออย่างนั้น มีโคตรอย่างนี้ มีผิวพรรณอย่างนี้ มีอาหารอย่างนั้น มีอายุเท่านี้ ครั้นจุติจากภพนั้น ได้ไปเกิดในภพโน้น เธอย่อมระลึกถึงชาติก่อนได้เป็นอันมาก พร้อมทั้งอาการพร้อมทั้งอุเทศ ฉะนี้

จตูปปาตญาณ ภิกษุนั้นเมื่อจิตเป็นสมาธิ บริสุทธิ์ผ่องแผ้วไม่มีกิเลส ไม่มีอุปกิเลส จิตตั้งมั่นไม่หวั่นไหวอย่างนี้ เธอย่อมโน้มน้อมจิตไปเพื่อรู้ จุติ และอุบัติของสัตว์ทั้งหลาย เธอเห็นหมู่สัตว์ที่กำลังจุติกำลังอุบัติ เลว ประณีต มีผิวพรรณดี มีผิวพรรณทราม ได้ดีตกยากด้วยทิพยจักษุ อันบริสุทธิ์ ล่วงจักษุของมนุษย์ ย่อมรู้ชัดซึ่งหมู่สัตว์ผู้เป็นไปตามกรรมว่า สัตว์เหล่านี้ประกอบด้วย กายทุจริต วจีทุจริต มโนทุจริต ติเตียนพระอริยะเจ้า เป็นมิจฉาทิฐิ ยึดถือการกระทำด้วยอำนาจ มิจฉาทิฐิ เบื้องหน้าเมื่อตาย เพราะกายแตก เขาย่อมเข้าถึงอบาย ทุคติ วินิบาต นรก

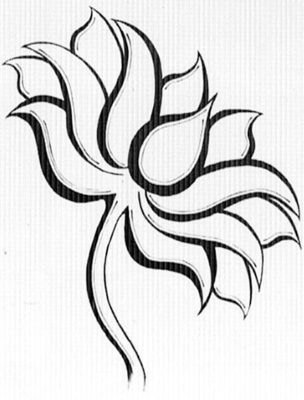
ส่วนสัตว์เหล่านี้ประกอบด้วย กายสุจริต วจีสุจริต มโนสุจริต ไม่ติเตียนพระอริยะเจ้า เป็นสัมมาทิฐิ ถือการกระทำด้วยอำนาจสัมมาทิฐิ เบื้องหน้าถ้าตายเพราะกายแตกเขาย่อมเข้าถึงสุคติโลกสวรรค์ ดังนี้ เธอเห็นหมู่สัตว์กำลังจุติ กำลังอุบัติ เลว ประณีต ผิวพรรณงาม ไม่งาม ร่ำรวย ตกยาก ด้วยทิพยจักษุ อันบริสุทธิ์เหนือจักษุของมนุษย์เธอย่อมรู้ชัด ซึ่งหมู่สัตว์ ผู้เป็นไปตามกรรมด้วยประการฉะนี้

อาสวักขยญาณ ภิกษุนั้น เมื่อจิตเธอเป็นสมาธิ บริสุทธิ์ผ่องแผ้ว ไม่มีกิเลส ไม่มีอุปกิเลส เมื่อจิตอ่อนนวล สมควรแก่การทำงาน เมื่อจิตตั้งมั่นไม่หวั่นไหวอย่างนี้ เธอย่อมโน้มจิตไป น้อมจิตไปเพื่ออาสวักขยญาณ เธอย่อมรู้ชัดเจนแจ่มแจ้ง ตามความเป็นจริงว่า นี้ทุกข์ นี้ทุกขสมุทัย นี้ทุกขนิโรธ นี้ทุกข์นิโรธคามินีปฏิปทา เหล่านี้อาสวะ นี้อาสวะสมุทัย นี้อาสวะนิโรธ นี้อาสวะนิโรธคามินีปฏิปทา เมื่อเธอรู้แจ้งเห็นจริงอย่างนี้ จิตย่อมหลุดพ้น แม้จากกามาสวะ แม้จากภาวาสวะ แม้จากอวิชชาสวะ เมื่อจิตหลุดพ้นแล้ว ก็มีญาณหยั่งรู้ว่า หลุดพ้นแล้ว รู้ชัดเจนแจ่มแจ้งว่า ชาติสิ้นแล้วพรหมจรรย์ประพฤติอยู่จบแล้ว กิจที่ควรทำเธอทำเสร็จแล้วกิจอื่นที่จะประพฤติเพื่อความเป็นไปอย่างนี้มิได้มี

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย บุคคลที่เราตถาคตกล่าวว่า ผู้ไม่ทำตนให้เดือดร้อน ไม่ประกอบความขวนขวายในการทำตนให้เดือดร้อน ไม่ทำให้ผู้อื่นเดือดร้อน ไม่ประกอบความขวนขวายในการทำให้ผู้อื่นเดือดร้อนเขาไม่ทำตนให้เดือดร้อน ไม่ทำให้ผู้อื่นเดือดร้อน ไม่มีความเร่าร้อน ไม่มีความหิว เพลิงทุกข์ดับสนิท เป็นอมตะสงบเย็น เสวยแต่ความสุข มีตนเป็นดังพรหมอยู่ในปัจจุบัน พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสคำเป็นไวยากรณ์นี้แล้ว ภิกษุเหล่านั้นชื่นชมดีภาษิต ดังนี้แล

ดูก่อนท่านผู้สนใจใคร่ในการศึกษาและใฝ่ใจใคร่ในการศึกษาและใฝ่ใจในการปฏิบัติทั้งหลาย อริยสาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้าสดับแล้ว เมื่อรู้อย่างนี้เห็นอย่างนี้ ย่อมเบื่อหน่าย เมื่อเบื่อหน่าย ย่อมคลายกำหนัด ย่อมหลุดพ้น เมื่อหลุดพ้นแล้ว ก็รู้ว่าชาติสิ้นแล้ว พรหมจรรย์อยู่จบแล้วดูก่อนผู้เจริญในธรรมทั้งหลาย ภิกษุผู้มีจิตหลุดพ้นแล้วอย่างนี้แลย่อมไม่มีวิวาท แก่งแย่งกับใคร ๆ โวหารใดที่ชาวโลกเขาพูดกัน ก็พูดไปตามโวหารนั้น ๆ แต่ไม่ยึดมั่น ไม่ถือมั่น ไม่ถือมั่นในทิฐิ และไม่ถือมั่นทิฐิอื่นด้วย ท่านพระสารีบุตรดำริว่า พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสการละธรรมเหล่านั้นด้วยปัญญาอันยิ่งแก่เราทั้งหลาย จิตก็หลุดพ้นจากอาสวะทั้งหลายเพราะไม่ถือมั่น

ธรรมจักษุอันปราศจากธุลี อันปราศจากมลทิน ได้เกิดขึ้นแก่เราทั้งหลายว่า สิ่งใดสิ่งหนึ่งมีความเกิดขึ้นเป็นธรรมดา สิ่งทั้งหลายย่อมมีความดับไปเป็นธรรมดา อริยสาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้ามีธรรมอันเห็นแล้ว อันถึงแล้วทราบแล้ว มีธรรมอันความหยั่งรู้ลงแล้ว ข้ามความสงสัยได้แล้วปราศจากความเคลือบแคลงแล้ว ถึงความเป็นผู้แกล้วกล้า ไม่ต้องเชื่อต่อผู้อื่น ในคำสอนของพระศาสดา ได้กราบพระผู้มีพระภาคเจ้าว่า ข้าแต่ท่านพระโคดมผู้เจริญ ภาษิตของพระองค์แจ่มแจ้งยิ่งนัก เปรียบเหมือนบุคคลหงายของที่คว่ำเปิดของที่ปิด บอกทางให้แก่คนที่หลงทาง หรือตามประทีปในที่มืดด้วยคิดว่าผู้มีจักษุมองเห็นรูปดังนี้ พระองค์ทรงประกาศธรรมโดยอเนกปริยายฉันนั้นเหมือนกัน ข้าพระองค์ทั้งหลาย ขอถึงพระผู้มีพระภาคเจ้า พระธรรม พระสงฆ์เป็นสรณะ เป็นผู้ถึงสรณะตลอดทั้งชีวิตตั้งแต่บัดนี้เป็นต้นไป ดังนี้ แล



# เคล็ดลับการปฏิบัติ
# ที่ประหยัดเวลาเหมือนอาหาร
# จานเดียวก็อิ่มได้

# เรื่องพระโปฐิละเถระ

ธรรมภาษิตที่มาในพระสุตตันตปิฎก ขุททกนิกาย คาถาธรรมบท เล่ม ๑ ภาค ๒ ตอน ๔ หน้าที่ ๑๑๘-๑๒๒ ข้อความเบื้องต้น

พระศาสดา เมื่อประทับอยู่ในเชตะวัน ทรงปรารภพระเถระนามว่าโปฐิละ ตรัสพระธรรมเทศนานี้ว่า "โยคา เว" เป็นต้น ใครว่าความรู้ท่วมหัวเอาตัวไม่รอด ดังได้สดับมา พระโปฐิละนั้นเป็นผู้ทรงพระไตรปิฎกในศาสนาของพระพุทธเจ้า ๗ พระองค์ บอกสอนธรรมแก่ภิกษุ ๕๐๐ รูป พระศาสดาทรงดำริว่า "ภิกษุนี้ ย่อมไม่มีแม้ความคิดว่า เราจักทำการสลัดออกจากทุกข์แห่งตน" เราจักยังเธอให้เกิดธรรมสังเวช

จำเดิมแต่นั้นมา พระองค์ย่อมตรัสกะพระเถระนั้น ในเวลาที่พระเถระมาสู่สำนัก พระองค์ว่า "มาเถิด คุณใบลานเปล่า นั่งเถิดคุณใบลานเปล่า ไปเถิดคุณใบลานเปล่า แม้ในเวลาที่พระเถระลุกไปก็ตรัสว่า คุณใบลานเปล่าไปแล้ว" พระโปฐิละนั้นคิดว่า เราย่อมทรงไว้ซึ่งพระไตรปิฎกพร้อมทั้งอรรถกถา บอกธรรมกับภิกษุ ๕๐๐ รูป ถึง ๑๘ คณะใหญ่ ก็เมื่อเป็นเช่นนั้น พระศาสดายังตรัสเรียกเราเนืองๆ ว่าคุณใบลานเปล่า พระศาสดาตรัสเรียกเราอย่างนี้ เพราะความไม่มีคุณวิเศษ ไม่มีญาณหยั่งรู้เป็นต้นแน่แท้ ท่านมีความสังเวช

เกิดขึ้นแล้วจึงคิดว่า บัดนี้ เราจักเข้าสู่ป่าแล้วเจริญสมณธรรม จัดแจงบาตรจีวรเองทีเดียว ได้ออกไปพร้อมด้วยภิกษุผู้เรียนธรรม แล้วออกไปภายหลังภิกษุทั้งหมดในเวลา ใกล้รุ่ง เข้าไปหาภิกษุ ๓๐ รูปผู้อยู่ในอาวาสป่าแห่งหนึ่งไหว้พระสังฆเถระแล้ว กล่าวว่า ท่านผู้เจริญขอท่านจงเป็นที่พึ่งของกระผม

พระสังฆเถระ ผู้มีอายุ ท่านเป็นพระธรรมกถึก สิ่งอะไรชื่อว่าอันพวกเราพึงทราบได้ ก็เพราะอาศัยท่าน เหตุไฉนท่านจึงพูดอย่างนี้

พระโปฐิละ ท่านผู้เจริญ ขอท่านจงอย่าทำอย่างนี้เลย ขอท่านจงแสดงธรรมอันเป็นที่พึ่งของกระผมด้วยเถิด

## กุศโลบายขจัดมานะของพระโปฐิละ

ก็พระเถระเหล่านั้นทั้งหมด ล้วนเป็นพระขีณาสพทั้งนั้น ลำดับนั้นพระมหาเถระ ส่งพระโปฐิละนั้นไปสู่สำนักพระอนุเถระด้วยคิดที่ว่า ภิกษุนี้มีมานะมากเพราะอาศัยการเรียนแท้ แม้พระอนุเถระนั้นก็กล่าวกะพระโปฐิละนั้น อย่างนั้นเหมือนกัน ถึงพระเถระทั้งหมด เมื่อส่งท่านไปโดยทำนองนี้ ก็ส่งไปสู่สำนักของสามเณรผู้มีอายุ ๗ ขวบ ผู้ใหม่กว่าสามเณรทั้งหมด พระเถระทั้งหลายนำมานะของท่านออกได้ ด้วยอุบายอย่างนี้

# พระโปฐิละหมดมานะ

พระโปฐิละนั้น มีมานะอันพระเถระทั้งหลายนำออกแล้วจึงประคองอัญชลีในสำนักของสามเณรแล้วกล่าวว่า ท่านสัตบุรุษ ขอท่านจงเป็นที่พึ่งของผม

สามเณร ตายจริง ท่านอาจารย์ ท่านพูดอะไรอย่างนั้นท่านเป็นพระเถระเป็นพหูสูต เหตุอะไร อะไรพึงเป็นกิจอันผมควรรู้ ผมได้เรียนรู้ในสำนักของท่าน

พระโปฐิละ ท่านสัตบุรุษ ท่านอย่าทำอย่างนี้ ขอท่านจงบอกธรรมอันเป็นแก่นที่เป็นที่พึ่งของกระผมให้ได้

สามเณร ท่านขอรับ ท่านสัตบุรุษ แม้ท่านกล่าวว่า จงเข้าไปสู่กองไฟ ผมจักเข้าไปแม้สู่กองไฟได้ทีเดียว

## พระโปฐิละปฏิบัติตามคำสั่งของสามเณร

ลำดับนั้น สามเณรจึงแสดงสระน้ำๆ หนึ่งในที่ไม่ไกลแล้ว กล่าวกะท่านว่า ท่านขอรับ ท่านนุ่งห่มตามเดิมนั่นแหละ จงเดินลงไปสู่สระน้ำนั้น สามเณรนั้นแม้รู้ความที่จีวรสองชั้นซึ่งมีราคามากอันพระเถระนั้นนุ่งห่มแล้ว เพื่อจะทดลองว่า พระเถระจักเป็นผู้อดทนต่อโอวาทได้หรือไม่ จึงกล่าวอย่างนั้นแม้พระเถระก็ลงน้ำไปด้วยคำๆ เดียวเท่านั้น

ลำดับนั้น ในเวลาที่ชายจีวรเปียก สามเณรจึงกล่าวกะท่านว่า กลับมาเถิด ท่านขอรับ ขึ้น ลง ถึงสามหนแล้ว กล่าวกะท่านผู้มายืนอยู่ตรงหน้าด้วยคำๆ เดียวเท่านั้นว่า ท่านผู้เจริญในจอมปลวกแห่งหนึ่งมีช่องอยู่ ๖ ช่องในช่องเหล่านั้น เหี้ยเข้าไปอยู่ภายในช่องๆ หนึ่ง บุคคลประสงค์จะจับมัน จึงอุดช่องทั้ง ๕ นอกนี้จ้องจับช่องที่ ๖ แล้วจึงจับเอาโดยช่องที่มันเข้าไปนั้นเอง บรรดาทวารทั้ง ๖ แม้ท่านจงปิดทวารทั้ง ๕ อย่างนั้นแล้ว จงเริ่มตั้งกรรม นี้ไว้ในมโนทวาร ด้วยนัยมีประมาณนี้ ความแจ่มแจ้งได้มีแก่ภิกษุผู้เป็นพหูสูตดุจการลุกโพลงขึ้นแห่งดวงประทีป ฉะนั้นพระโปฐิละกล่าวว่า ท่านสัตบุรุษ คำมีประมาณเท่านี้แหละพอละ แล้วจึงตั้งสติหยั่งลงในสกลกาย ปรารภสมณธรรม ทางเจริญและทางเสื่อมแห่งปัญญา

พระศาสดาประดับนั่งในที่สุดประมาณ ๑๒๐ โยชน์ ทอดพระเนตรดูภิกษุนั้นแล้วดำริ ภิกษุนั้นเป็นผู้มีปัญญา (กว้างขวาง) ดุจแผ่นดิน ด้วยประการใดแล การที่เธอตั้งตนไว้ด้วยประการนั้น นั้นแล ย่อมสมควร แล้วทรงเปล่งพระรัศมีไป ประหนึ่งตรัสอยู่กับภิกษุนั้น ตรัสพระคาถานี้ว่า

**โยคา เว ชายตี ภูริ อโยคา ภูริสงฺโย**

**เอตํ เทวฺธา ปถํ ญตฺวา ภวาย วิภวาย จ**

**ตถตฺตานํ นิเวเสยฺย ยถา ภูริ ปวฑฺฒติ**

*"ปัญญาย่อมเกิดเพราะการประกอบความเพียรแล ความสิ้นไปแห่งปัญญาเพราะการไม่ประกอบความเพียรบัณฑิตรู้ทาง ๒ แพร่งแห่งความเจริญและความเสื่อมนั้นแล้ว พึงตั้งตนไว้โดยการประกอบความเพียรที่ปัญญาจะเจริญขึ้นได้"*

## เคล็ดลับการปฏิบัติที่ประหยัดเวลา

ท่านจะมัวช้าอยู่ใย จงรีบเริ่มต้นศึกษาลงมือปฏิบัติกันเลยดีกว่า ก้าวแรกปฏิบัติกันแบบง่าย ๆ ด้วยวิธีที่เข้าใจง่าย เมื่อง่ายแล้วก็สามารถพัฒนาต่อไปเองได้อย่างมั่นคงด้วยก้าวแรกของวันนี้ เดี๋ยวก็ออกวิ่งได้ในวันข้างหน้าทุกคนทำได้ วัน เดือน ปี มีแต่เกียร์เดินหน้า เวลา นาที ไม่มีเกียร์ว่าง ไม่มีเกียร์ถอยหลัง อายุขัยของมนุษย์เราเข้าเกียร์ถอยตลอด อย่าหลงเพลิดเพลินในเกียร์ถอยหลังเลย

การปฏิบัติก็เหมือนอาหาร ปฏิบัติตามขั้นตอนเปรียบเหมือนอาหารชั้นหรูจัดใส่จานที่ประดับตกแต่งให้สวยหรูดูน่ารับประทานอย่างดงาม เวลารับประทานก็ต้องเป็นระบบระเบียบมีพิธีรีตองช้อนน้ำสำหรับถ้วยนี้ ส้อมนี้สำหรับจานนี้ ช้อนนี้เป็นช้อนกลางวางตามถ้วย กว่าจะได้กินกว่าจะได้ลงมือรับประทานก็ใช้เวลานานจนง่วงนอนนั่งหลับหายหิวไปเอง การปฏิบัติและอาหารในระดับหรูนี้ก็ยิ่งมีความเหมือนกันอีกคือทำให้เราต้องเสียเวลามาก แถมค่าอาหารที่เรากินเข้าไปนั้น แพงจนแทบจะเป็นลมล้มตรงนั้น ทั้งที่กินไปแล้วสุดท้ายก็อิ่ม เหมือนอาหารที่เรากำลังจะแนะนำ ให้ทุกท่านได้ลิ้มรสทดลองกันในขณะนี้

# การปฏิบัติแบบตรง ๆ ง่าย ๆ

ปฏิบัติง่าย ๆ แบบยิงตรงเป้า เปรียบเหมือน อาหารจานเดียวก็อิ่มอร่อยได้เหมือนกัน จะเปรียบไปก็เหมือนข้าวผัดไข่ดาว ที่ทำง่าย ๆ ส่วนผสมน้อยอย่าง ไม่มากชิ้น สามารถทำกินเองที่บ้านได้ หรือจะสั่งที่ร้านอาหารข้างบ้านมารับประทานก็รับประทานได้อิ่มอร่อยเช่นกัน แถมยังบริโภคง่ายไม่ฝืดคอด้วย ไม่ต้องมีพิธีรีตอง ไม่ต้องมากพิธีอะไรให้ยุ่งนัก

อาหารจานเดียว ก็นำมาเพื่อให้เราอิ่มท้องเหมือนกัน จะราคาถูกแพง จะกินง่ายกินยากหากเราทำให้เราได้รับสารอาหารที่เป็นประโยชน์ครบถ้วนต่อร่างกาย ก็ถือว่าประสบความสำเร็จอย่างสมบูรณ์แบบเช่นกัน เมื่อนำพาให้ทุกท่านรู้ว่าการปฏิบัติและทำอาหารนั้นเหมือนกัน ก็จะพาทุกท่านไปทำอาหารจานแรกให้สำเร็จ สมมติว่าเป็นข้าวผัดไข่ดาวจานเดียวกระเทียมเจียวที่ส่งกลิ่นหอมยั่วน้ำลายก็แล้วกัน พอเราทำอย่างจานแรกเป็นประเดี๋ยวทุกท่านก็จะค่อยๆ ปรุงจานต่อไปได้อย่างคล่องแคล่ว

# อาหารจานโปรดมาแล้วจ้า

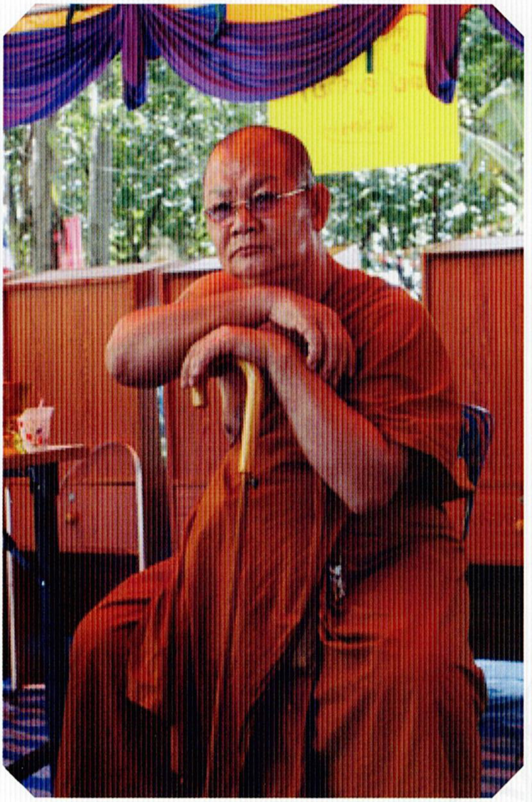
ท่านผู้อ่านที่เคารพทุกท่าน โปรดกรุณาใช้วิจารณญาณของท่านในการอ่าน สมมติว่าอาหารจานโปรดร้อน ๆ ถูกยกมาตั้งโต๊ะอยู่ตรงหน้า พร้อมกลิ่นโชยเข้าจมูก ท่านจะกลืนน้ำลายมองดูอยู่ไม่ได้ท่านต้องรีบจับช้อนตักข้าวเข้าปากฟันก็จะทำหน้าที่บดอาหารทันทีตรงไหนไม่ละเอียดลิ้นก็ส่งเข้าไปให้ฟันก็จะทำหน้าที่บดอาหารทันทีตรงไหนไม่ละเอียดลิ้นก็จะส่งเข้าไปให้ฟันบดต่อ เห็นว่าละเอียดแล้วลิ้นก็จะส่งผ่านลำคอลงสู่กระเพาะอาหารจนหมดในปากและหมดจานท่านก็จะรู้สึกว่าอิ่มพอดี ตอนอิ่มเป็นปัจจัตตังรู้ได้เฉพาะตน อาหารจานเดียวก็อิ่มอร่อยได้ใช่หรือไม่ ใช่เลย ตอบแทนทุกท่านได้เลยว่าใช่ คำเดียวจบ

## จอมปลวกมีหกช่อง ปิดไว้ห้าช่อง

เฝ้าดูช่องที่หก คือ ทวารทั้งหกมี จักษุทวาร โสตทวาร ฆานทวาร ชิวหาทวาร กายทวาร และมโนทวาร หรือพูดสั้น ๆ ชื่อย่อ ๆ ก็คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ทั้งหมดทั้งปวงนี้เปรียบเหมือนอาหารชั้นหรูที่มากด้วยพิธี เราหันมาหาอาหารจานด่วนของเรากันเถอะประหยัดเวลาดี อาหารจานด่วนคือ ใจ หรือเรียก มโน อันเดียวกัน มโน ก็ ใจ นั่นแหละ เรามาตัดทวารทั้งห้าออกไป เหลือเอาไว้อันเดียวจานเดียว คือ ใจ ดูใจอันเดียว รักษาใจอันเดียวก็พอ แต่สามเณรน้อยผู้อายุ ๗ ขวบว่า จงเริ่มตั้งสติไว้ในมโนทวาร ด้วยนัยประมาณเท่านี้

ปฏิปทาเพิกถอนความมั่นหมายทั้งปวงพระโปฐิละ คือ ย่อมไม่มั่นหมายถึง มโนทวาร ย่อมไม่มั่นหมายในมโนทวาร ย่อมไม่มั่นหมายโดยความเป็น มโนทวาร ย่อมไม่มั่นหมายมโนทวารว่าของเรา ย่อมไม่เพลิดเพลินซึ่งมโนทวารความแจ่มแจ้งได้มีแก่ภิกษุผู้เป็นพหูสูต ดุจการลุกโพลงขึ้นแห่งดวงประทีปฉะนั้น แม้ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ก็รู้แจ้งแทงตลอดไปหมด นักรบผู้ยิงแม่นยำเป็นฉันใด นักปฏิบัติผู้มีสัมมาทิฐิก็เป็นฉันนั้น ผู้มีสัมมาทิฐิย่อมรู้ชัดตามความเป็นจริงว่านี้ทุกข์ นี้ทุกขสมุทัย นี้ทุกขนิโรธ นี้ทุกขโรธคามินีปฏิปทา ดังนี้

นักรบผู้สามารถทำลายหมู่พลอันใหญ่ได้เป็นฉันใดผู้มีสัมมาวิมุตติก็เป็นฉันนั้น อริยะสาวกผู้มีสัมมาวิมุตติย่อมทำลายกองแห่งอวิชชาอันใหญ่ได้ด้วยการปรารภสมณธรรม ลุยได้เลยเจ้า...



# ถือศีลข้อเดียว

สำหรับผู้สุขภาพไม่อำนวยก็ไม่เป็นไรให้นั่งโต๊ะ นั่งเก้าอี้ ก็แล้วกันส่วนผู้ที่ยังแข็งแรงอยู่ก็ต้องทำเพื่อให้เกิดความคล่อง เพื่อให้เกิดความชำนาญอย่างไรก็ตามถ้าเราจะมารอฟังธรรมอยู่เฉย ถ้าสมาธิมันไม่เกิดก็ฟังไม่รู้เรื่อง ไม่เข้าใจการปฏิบัติอย่าคิดว่ามันมาก อย่าคิดว่ามันเป็นเรื่องซ้ำซาก ถ้าตราบใดจิตใจของเรายังไม่ตั้งมั่น สมาธิของเรายังไม่มั่นคง เราก็จะต้องอาศัยภาคปฏิบัติกันต่อไปทำให้มากจนกว่าจิตของเราตั้งมั่น จิตของเราเป็นสมาธิ บางคนจะเกิดปัญญาเก่งเลย บางคนไม่เกิดแต่พอมาฟังมาเกิดตอนฟังก็รู้เรื่องเลย พูดอะไรให้ฟังก็จะเข้าใจ ปัญญาวิ่งตามคำพูดรู้เห็นเป็นจริงตามนั้นไปหมดเลย นี้คือความเข้าใจในธรรมะของแต่ละคนมันจะมีความแตกต่างกัน แต่ถึงอย่างไรเราก็ฝึกสมาธิท่าเดินจงกรมทำมาก ในช่วงเช้านี้จะใช้ท่าเดินไปตลอดเดินอยู่กับที่เดินอยู่จุดนี้ ส่วนกลางวันแดดมันจะร้อนหน่อย แต่เราก็ทนหน่อย อย่าคิดว่ามันทรมาน อย่าไปคิดอย่างนั้น คิดว่าทนทำคุณงามความดีให้กับตน มันก็ไม่หนักไม่หนาอะไร เราจะนั่ง เราจะยืน เราจะเดินจงกรมมันไม่ใช่เรื่องหนัก เราไม่ได้แบกปูนแบกทรายคนที่เขายากลำบากแบกปูนแบกทรายตั้งแต่สองโมงเช้าไปถึงเย็นเขายังทำได้ เราเดินตัวเปล่าแล้วอย่าคิดว่ามันลำบาก ถ้าคิดอย่างนั้นเป็นความคิดที่เข้าข้างกิเลสแฝงอยู่ มีกิเลสแฝงอยู่ไม่อยากให้เราทำไม่อยากให้เราปฏิบัติ เพราะถ้าขืนปล่อยให้เราปฏิบัติมากเข้าจิตของเราจะเป็นอิสระ มันก็ไม่มีโอกาสเป็นเจ้านายจิตใจของเราได้มันไม่มีความสามารถที่จะมาบังคับให้เราทำอะไรตามความต้องการ

ของมันได้นะ นั่นมันก็ต้องห้ามเป็นปกติ เมื่อมันห้ามก็อย่าไปเชื่อ โอ๊ย ไม่ไหวหรอกอย่างนั้นอย่างงี้ ร้อนก็ร้อนทำอะไรหนักหนา

ถ้าเรามาดูความยากลำบากตรากตรำของคนที่ทำมาหากินมันต่างกันลิบเลย นี่แสนสบาย แค่เดินไป เดินมา สร้างสติ สร้างสัมปชัญญะจนกว่าว่าปัญญามันจะเกิด จะเกิดเพราะการเดินจงกรมเพราะการเกิดปัญญานี้ เกิดด้วยการเดินจงกรมก็มีบางคนเดินจงกรมไป เดินจงกรมมา ปัญญาก็เริ่มจะผุดขึ้นเพราะว่ามีสติมากเข้าก็จะผุดขึ้นมาเองเหมือนกับเราเดินไปเตะก๊อกน้ำมันหัก น้ำก๊อกก็จะพุ่งขึ้นมาเลย แทนที่เราจะบริกรรมอยู่กับคนหมู่มาก ไม่ทีนี้พอปัญญามันแตกออกมามันจะชี้ช่องทางให้อะไรถูก อะไรผิด สิ่งนี้ถูกนะ สิ่งนี้ผิดนะ สิ่งนี้มีประโยชน์น้อยนะ สิ่งนี้มีประโยชน์มากนะ สิ่งนี้ไม่มีประโยชน์เลยนะ สิ่งนี้มีโทษแก่คนอื่นนะ ลุกขึ้นมาสอนเราอย่างนี้ โอ้โฮ... อย่างนี้คือปัญญาเกิดขึ้นเอง แต่ถ้ามันไม่เกิดเองก็มาฟังอย่างนี้แหละ ฟังอย่างนี้ก็จะรู้เรื่องเลยนี่ปัญญาเกิดขึ้นจากการฟังจะเกิดเองหรือเกิดเพราะการฟังก็คือปัญญานั่นแหละ ก็เป็นผลพลอยได้ของเรา แต่ถ้าเราฟังอย่างนี้ไม่เข้าใจ ก็ต้องอาศัยภาคปฏิบัติ เพราะฉะนั้นการปฏิบัติอย่าหาว่ามันยากมันเย็น ความคิดอันนั้นเป็นความคิดที่เป็นปมด้อยของชีวิตเรา เป็นความคิดที่ไม่ส่งเสริมคุณงามความดีที่ถ่วงดุลความเจริญทางปัญญาของเรา ถ้าใครเชื่อมันก็ไม่ต้องทำละ เราจะทำความดีถ้าเชื่อมันมันก็จะไม่ให้ทำ เพราะเป็นเรื่องของกิเลส รู้ไหมกิเลสมันจะแฝงมากับความคิดนะ สิ่งที่เป็น

กิเลสก็แฝงมากับความคิด สิ่งที่ถูกก็แฝงมากับความคิด สิ่งที่ผิดก็แฝงมากับความคิด สิ่งที่ผิดก็แฝงมากับความคิด ถ้ารู้อย่างนี้นี่แหละการปฏิบัติธรรม มันอยู่เรื่องจิต เรื่องความคิดนะ แต่ความคิดนี้ฝรั่งมันว่าสมองคิด แต่พระพุทธเจ้าว่าจิตคิด เมื่อพิจารณาแล้วสมองกับจิตมันเป็นของคู่กันแล้วแต่ใครจะเรียกอะไร เรียกสมองก็ได้ เรียกจิตคิดก็ได้ แต่จริงนะแล้วแต่เขาจะว่า แต่พระพุทธเจ้าของเรานี่ค้นคว้าดีแล้วเห็นแล้วถูกต้องแล้ว ก็คือว่าความคิดไม่ใช่สมองมันมาคิด แต่สมองเป็นที่ทำงานของมันเฉยๆ ที่ทำงานของจิต สมองนี่เหมือนเรามีห้องทำงานห้องแอร์ห้องทำงาน แต่ตัวทำงานไม่ใช่ออฟฟิศทำงานนะ ไม่ใช่นะนี่ก็เหมือนกัน สมองมันเป็นออฟฟิศของจิตเฉย ๆ ห้องทำงานของจิตเป็นห้องทำงานเท่านั้นเอง ถ้าเราทำความเข้าใจอย่างนี้ก็จะไม่เปล่าประโยชน์ในการประพฤติปฏิบัติไปในตัว ร่องรอยและช่องทางการปฏิบัติธรรมเป็นของไม่ยาก มันยากตรงที่เราไม่เข้าใจ เราจะคิดอันนั้น เราจะคิดอันนี้ จะเดาอย่างนั้น จะเดาไปอย่างนี้ ไม่ต้องเดาหรอกถ้ามาเรียนรู้เรื่องของจิตแล้วนี่เป็นเรื่องง่าย เพราะมันเป็นสายตรงเป็นที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าวางไว้แล้วจึงได้เรียกว่า ทางสายเอกนี่แหละทางสายเอกที่ตรงกับเรื่องจิตเรื่องใจ เวลาพูดอธิบาย บางครั้งเวลาปฏิบัติท่านพูดง่าย สั้น ๆ อย่างนี้ ยกตัวอย่างให้ฟัง

มีพระองค์หนึ่งบวชเข้ามาในพระธรรมวินัยของพระสัมมาสัมพุทธเจ้านั่นแหละ แล้วท่านจะทำอะไรก็ผิดทั้งนั้นแหละ ท่านกลับมองเพ่งเล็งออกไปว่า ทำอันนั้นก็ผิด ทำอันนี้ก็ผิด ทำอะไรก็ผิดไปหมด

โอ๊ย ไม่ไหวแล้วเยอะแยะเหลือเกินตั้ง ๒๒๗ ข้อ รักษาไม่ไหว เราขอสิกขาลาเพศดีกว่าไปถือศีล ๕ รักษาแค่ ๕ ข้อจะดีกว่า ความเห็นเขาถูกถูกแบบของเขา แต่ก็ไม่ถูกต้อง บางคนก็อาจจะเห็นตามมันก็ได้ ตามพระองค์นั้นก็ได้ ศีลเยอะแยะเหลือเกินรักษาไม่ไหวหรอก รักษาแค่ศีล ๕ ก็พอ

พระพุทธเจ้ารู้ว่าเขากำลังคิดอย่างนั้น เขาเลยว่าอย่างไรเสียเราก็คงจะไม่อยู่หรอก เพราะรักษายากมากมายเหลือเกิน ไปลาพระพุทธเจ้าสึกเลยดีกว่า ออกไปถือเพศฆราวาส ถือศีล ๕ ข้อ รักษาแค่ ๕ ข้อ จะสบายกว่านะ เห็นไหม ก็ถูกของเขานะพิจารณาดูดีๆ แต่ถูกของพระพุทธเจ้า ถูกอย่างไร เราลองมาคิดดูซิ ความคิดของคนมันต่างกันนะเรื่องศีลคือ ทำความเห็นคิดถูก คือทำความเห็นให้ถูกก็จะเป็นสัมมาทิฐิ ถ้าอย่างนี้ยังถือว่าเป็นมิจฉาทิฐิ เห็นผิดว่าพระธรรมวินัยเยอะแยะไปหมด นี่คือมิจฉาทิฐิ

ทีนี้พระพุทธเจ้าพอรู้ก็เสด็จมา เขากำลังจะลุกขึ้นมาจะไปลาสึก พระพุทธเจ้ารู้นี่ก็เสด็จมาปรากฏตรงหน้า การมาของพระพุทธเจ้านั้นมาแบบเป็นพุทธานุภาพ ด้วยอานุภาพของพระพุทธเจ้าท่านเสด็จมาเหมือนบุรุษที่แข็งแรงเหยียดแขนง่ายเท่านี้ แป๊บเดียว เวลาจะกลับก็เหมือนบุรุษที่มีกำลังแข็งแรงคู้แขนเข้า กลับเข้าถึงยังที่นี่แหละ การเสด็จไปโปรดคนแม้ในต่างประเทศก็ไปในลักษณะโดยพุทธานุภาพท่านก็เสด็จไปอย่างนี้ก็มาปรากฏต่อหน้าแล้วถาม

อีกครั้งหนึ่ง ภิกษุท่านกำลังจะไปไหน (ภิกษุนั้น) เห็นพระพุทธเจ้ามา ท่านกำลังจะเผยอตัวขึ้นแล้ว (เห็น) พระพุทธเจ้ามาก็ต้องนั่งลงอีกนั่งลงพนมมือตอบพระองค์ ก็พูดความจริงให้ฟังว่าจะไปลาสึกที่คิดไว้แล้ว เพราะอะไร เธอมีเหตุอะไรถึงจะสึก พระพุทธเจ้าถามหาเหตุผลนะ มีเหตุอันใดที่จะทำให้เธอต้องสึก พวกเรามาปฏิบัติก็เช่นเดียวกันลองคิดดูให้ดีเพราะเหตุอันใดจึงต้องมาปฏิบัติต้องรู้จัก พระพุทธเจ้าถามด้วยเหตุอันใด ภิกษุรูปนั้นตอบว่า ด้วยเหตุที่ว่าธรรมวินัยเยอะเกินไป ๒๒๗ ข้อ ข้าพระองค์จะทำอันนั้นก็บอกว่าผิด จะทำอันนี้พระองค์นั้นก็บอกว่าผิดวินัยมันเยอะแยะไปหมด ข้าพระองค์รับไม่ไหวเลยคิดจะลาสิกขาไปรักษาแค่ ๕ ข้อก็คงพอ

คำตอบของพระพุทธเจ้า คำตอบของคนมีปัญญา คำตอบของบัณฑิต ฟันธงลงไปให้ เขากลับใจทันทีเลย เราควรเอาไปใช้ไม่ใช่ว่ามาฟังกันเฉยๆ ท่านบอกว่า โอ ๕ ข้อเยอะไปเห็นไหมมันสะดุ้งเลย ๕ ข้อนี้ยังเยอะไปๆ เอาอันเดียวได้มั้ย รักษาข้อเดียวได้ไหม เห็นไหมคำพูดกลับความคิดของเขาทันที รักษาข้อเดียวได้ไหม ได้ ได้ ได้ ข้อเดียวมั่นใจ ภิกษุรูปนั้นตอบ

ถ้าอย่างนั้นเธอจงตั้งใจฟัง พอตั้งใจฟังพระพุทธเจ้าก็บอกว่าให้รักษาจิตอันเดียว รักษาจิต ให้เฝ้าดูจิตอันเดียว ดูความคิดอันเดียว

จิตก็คือความคิดนั่นแหละ คำว่าจิต บางทีก็เรียกจิตก็คือความคิดนั่นแหละ ให้ทุกคนทำความเข้าใจตรงนี้นะ ไม่งั้นจะไม่รู้ว่าอะไรเป็นจิต อะไรเป็นความคิด อันเดียวกันเลย ใจก็เหมือนกันนั่นแหละใจก็อันเดียวกันนั้นแหละ ใจบางทีท่านก็เปรียบเทียบให้เรารู้จักคำว่าใจก็เหมือนน้ำในสระที่ไม่มีลง มันก็จะนิ่งๆ มันจะอยู่นิ่งๆ อยู่ แต่พอมีลมมามันเห็นเป็นคลื่นๆ ไอ้คลื่นนะมันเป็นคลื่นของน้ำ จิตกับใจ จริงใจของเรามันจะนิ่งๆ เหมือนน้ำ สบายๆ ไม่คิดอะไร พอมันคิดอะไรขึ้นมาอันนั้นเป็นอารมณ์ ใจมันกระเพื่อมขึ้นมาเลยเรียกว่าคลื่นน้ำ นั่นคือใจ พอคิดขึ้นมาก็นั่นแหละก็เรียกว่าจิต ตรงนั้นเรียกว่าจิตตรงนี้เรียกว่าคลื่น

พระพุทธเจ้าเปรียบเทียบให้เราเห็นนะ เรื่องจิต เรื่องใจเราต้องรู้จัก ถ้าไม่รู้จักแล้วการปฏิบัติธรรมก็ยากจะเข้าถึงเพราะถ้าเราไม่รู้จักส่วนนี้ ถ้าเรารู้จักส่วนนี้แล้วไม่ยาก ทุกคนไม่ยาก ถ้าเราฟังเข้าใจนะถ้าฟังไม่เข้าใจต้องอาศัยการปฏิบัติอย่างที่ปฏิบัติกันอยู่เพราะต้องการให้เรามีสมาธิตั้งมั่นเสียก่อนแล้วฟังอีกครั้ง แต่ถ้าผู้มีปัญญาก็เกิดเองไม่เป็นไรถือว่าโชคของผู้นั้น บุญวาสนาของผู้นั้น แต่บุญวาสนาในการทำแล้วเกิดเองไม่มี ก็อาศัยบุญวาสนาในการทำแล้วฟังอีก พอมาฟังแล้วเกิดดับ เกิดได้ก็เป็นประโยชน์ตรงไหนก็ได้เหมือนกันขอให้เกิดปัญญาก็แล้วกัน ทีนี้ท่านให้รักษาจิตอันเดียวคือการให้ดูจิตอันเดียว "ท่านจงนั่งเฉยๆ นั่งม้วนขาเข้ามาเรียกขัดบัลลังก์วางไม้วางมือให้ดีตั้งตัวให้ตรงๆ ดำรงสติไว้เฉพาะหน้า สังเกตดูว่าจิตมันจะคิดอะไรๆ

ดูมันเฉยๆ ว่างั้น อย่าไปเป็นเจ้าของมันได้ไหม อย่าเข้าไปยุ่งกับมัน ได้ไหม เห็นเฉยๆ ได้ไหม ดูมันเฉยๆ ได้ไหม มันจะปรุงแต่งเรื่องชั่ว เรื่องดี เรื่องบาป เรื่องบุญ เรื่องคุณ เรื่องโทษ เรื่องอดีต เรื่องอนาคต เป็นเรื่องของจิต ดูมันเฉยๆ อย่างนี้ได้ไหม" ถ้าทำอย่างนั้นได้ พอรับปากพระพุทธเจ้าก็หายแว๊บไปแล้ว เพราะกลับไปด้วยพุทธานุภาพ ท่านก็นั่งดูเป็นพระอรหันต์ได้โดยไม่ยากเลย เห็นไหม ดูจิตอันเดียว คำว่าดูอย่างเดียว ไม่ใช่ว่าคิดถึงคนนั้นก็อยากจะไปหาเขา ไม่ใช่อย่างนั้น คิดถึงคนนี้ก็อยากจะไปหาเขา คิดถึงคนรักก็อยากจะเห็น คิดถึงคนที่รังเกียจก็อยากจะไปฆ่าเขา นั่นไม่ใช่ให้ดูเฉยๆ คิดรักคนนั้น เอ้อ ความคิดรักเกิดขึ้นแล้ว ความคิดรักก็ดับลง ความคิดโกรธคนนั้นเกิดขึ้นแล้วความคิดโกรธก็ดับลง ก็เห็นเกิดขึ้นแต่มันเกิดขึ้น ดับลง เรื่องอดีตเกิดขึ้นก็ดับลง เกิดขึ้นแล้วปรุงแต่ง ดับลง อนาคตจะเป็นอย่างนี้ เกิดขึ้นปรุงแต่งดับลง ท่านก็ดูเฉยๆ อย่างนี้ นี่วิธีตรงที่สุด ใกล้ที่สุด เห็นไหมพอพระพุทธเจ้าพูดเท่านี้ คนขนาดถอดใจในการที่จะเลิกปฏิบัติ เลิกถือเพศบรรพชิตแล้ว พอมาให้ดูจิต ก็เป็นพระอรหันต์ได้โดยการที่นั่ง ดูไปดูมา ก็เห็นว่า อ๋อ ก็ถึงบางอ้อเอง อ๋อ จิตนี้ก็เป็นอย่างนี้นี่เอง เกิดขึ้นแล้ว ปรุงแต่ง แล้วดับลง เรื่องอดีตเกิดขึ้นปรุงแต่งแล้วก็ดับลง อนาคตเกิดขึ้น ปรุงแต่ง แล้วก็ดับลง ความรักเกิดขึ้นปรุงแต่งแล้วก็ดับลง มันเป็นของมันอย่างนี้ อ๋อ นี่มั้งที่พระพุทธองค์บอกว่าเป็นของไม่เที่ยง เริ่มเห็นความไม่เที่ยงของจิตแล้ว เราก็เช่นเดียวกัน ถ้านั่งดูมันจะต้องใช้เวลาอะไรมากมาย แต่ถ้าหากว่าเราไม่มี

ความสามารถ เราก็ต้องพึ่งวิธีปฏิบัติอย่างที่เราปฏิบัติ จากเบื้องต้นจนมาถึงที่สุด เราก็ต้องอาศัยเบื้องต้นนี้ ไปตั้งแต่เดินไปตั้งแต่ท่าเดินจงกรม ท่านั่งสมาธิ ท่านอนสมาธิภาวนาต่าง ๆ ที่เราจะต้องฝึกกันนะ ล้วนแต่เป็นประโยชน์แก่เราทั้งหมด แก่ผู้ที่เข้าใจนั่นแหละ ผู้ที่ไม่เข้าใจก็ยังเป็นปกติเหมือนเดิมนี่แหละ กิเลสมีเท่าไหร่ก็ยังเหลืออยู่เท่านั้น แต่บางคนเพิ่มขึ้นนะ บางคนลดลง บางคนก็เสมอตัว บางคนหมดไป ไม่เหมือนกันนะฟังด้วยกัน บางคนมีทิฐิก็จะว่าอันนั้นไม่ดี สอนอย่างนี้ไม่ดี อันนั้นไม่ถูก อันนี้ไม่ถูก คนนั้นไม่ดี เพิ่มไปหมดเลยกิเลสเพิ่มเพราะความเห็นเอาไปจูงใส่คนนั้น คนนี้ เอาไปผูกใส่คนนั้นผูกใส่คนนี้ ผูกใส่เรื่องนั้น ผูกใส่เรื่องนี้ ผูกไปเรื่อย ๆ บางคนปฏิบัติเพื่อละกิเลส บางคนปฏิบัติเพื่อเพิ่มกิเลส บางคนปฏิบัติเพื่อดูกิเลส แล้วก็เห็นมันเกิดขึ้น ดับลง ก็เห็น โอ๋ ความเป็นอนิจจังเป็นอย่างนี้ ความเป็นอนิจจังเป็นอย่างนี้ ความไม่เที่ยงของจิตเป็นอย่างนี้ เมื่อเราเข้าไปยุ่ง เมื่อเราเข้าไปถือว่าเป็นเราคิด เรานึก ก็จะทำให้เราเกิดความทุกข์กับมัน จึงละอุปาทานนั้นได้ อุปทานคือการเข้าไปยึด ละอุปาทานได้ นิโรธความดับทุกข์ก็ปรากฏขึ้น ท่านก็โล่งเลยเป็นพระอรหันต์โดยไม่ช้าเลย แต่อันนี้ขึ้นอยู่กับภูมิปัญญาของผู้ฟังนะ ฟังอย่างนี้เข้าใจก็โอเคเลยจบตรงนี้เลยสำหรับคนที่เข้าใจ แต่ไม่เข้าใจ ท่านก็ต้องเดินงกๆ เดินงกๆ อยู่ทั้งวัน จนกว่าปัญญาจะเกิด ถ้าปัญญาไม่เกิดขึ้นเมื่อไหร่ท่านก็ต้องถูลู่ถูกังกับมันไปก่อน

(เสียงถาม) (คุณตา) หลวงพ่อถามได้ไหม ในระหว่างนั่งสมาธิจิตที่เราจะดู จุดมุ่งหมายที่เราจะดูมีอะไรเป็นจุดศูนย์กลาง

(หลวงพ่อตอบ) จุดศูนย์กลางคือนั่งดูเฉยๆ นั่นแหละเป็นศูนย์กลาง ดูมันคิดเฉย

(คุณตา) เราจะเอาอะไรมาดู พุทโธหรือจะดู

(หลวงพ่อ) ...ไม่ ไม่ ไม่ ไม่เอาพุทโธ เราข้ามตอนมาแล้ว พุทโธนี่เป็นเด็กอนุบาล เราจะมาเรียนมหาวิทยาลัยแล้วตอนนี้ ไม่ต้องกลับไปหาเรียนอนุบาล ไม่ต้องไปหัดเขียน ก ไก่ อีก เพราะเราข้ามไปแล้ว ตอนนี้เป็นมหาวิทยาลัยแล้ว ถือว่าวิทยาลัยพุทธศาสนาพร้อมที่จะรู้อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา วิทยาลัยพุทธศาสนาก็เรียกว่าปริญญา ปริญญาในพุทธศาสนา คือ ปริญญา ๓ ญาตปริญญา ตีรณปริญญา ปหาณปริญญา เรากำลังเรียนปริญญานะถ้าดูจิต ญาตปริญญาคือรู้เรื่องของสภาพของขันธ์ จะเป็นรูปขันธ์ เวทนาขันธ์ สัญญาขันธ์ สังขารขันธ์ อันนี้เรานั่งดูจิตเรียกว่าเราดูสังขารขันธ์มันปรุงแต่ง เกิดการปรุงแต่งสังขารขันธ์นี้เรียกว่าญาตปริญญา ตีรณปริญญา จิตเรายอมรับว่าจิตที่รู้ที่เห็นเป็นของไม่เที่ยง นี่เป็นตีรณปริญญา เมื่อเห็นมันเป็นของไม่เที่ยง ไม่ควรเข้าไปยึดไม่ควรเข้าไปถือไอ้ความรู้สึกนึกคิดนั้นๆ เป็นเราเป็นของเรา เห็นว่าเป็นจิตเป็นเรื่องของความคิดเขาเกิดขึ้นดับลงของเขาไม่มีอุปาทานในนั้นอันนี้เรียกว่า ปหาณปริญญา นี่คือปริญญาของ

พระพุทธศาสนารู้ด้วยตนเอง ตนเองเป็นผู้เรียนเองขึ้นดับลงของเขา ไม่มีอุปาทานในนั้นอันนี้เรียกว่า ปหาณปริญญา นี่คือ ปริญญาของพระพุทธเจ้า รู้ด้วยตนเองเป็นผู้เรียนตนเองเป็นครูตรวจสอบเอง เห็นแล้วยังวางได้หรือยังเป็นครูตนเอง วางได้หรือวางไม่ได้ เราเป็นครูของเราเอง เราเป็นทั้งนักเรียนเป็นทั้งครูสอนและผู้ให้คะแนนตนเองด้วย ถ้ารับได้เราก็จะเห็นเลย พอรับได้แล้วเขาก็จะสบาย พอสบายแล้วเขาก็ตัดสินใจเขาเอง ตัวปัญญานั่นแหละเป็นครูสอนพวกเรา สงสัยไหม ถามไหม ถ้าสงสัยถามเสียก่อน

(คุณตา) จิตไม่เข้าที่เข้าทางมีอะไรจะทำให้จิตอยู่

(หลวงพ่อ) อะไรเหรออ๋อเมื่อวานนี้ยังไม่ได้มานะ นี้ภาคกลางวันนี้แหละอะไรที่ทำให้จิตอยู่ ภาคกลางวันนี้แหละ อะไรที่ทำให้จิตอยู่ภาคกลางวันนี้หลังจากพูดจบนี้ภาคที่จะให้จิตอยู่ ด้วยวิธีปฏิบัติท่าที่ ๑,๒,๓,๔,๕,๖,๗,๘,๙ แต่กลางวันนี้ก็คงจะ ๑,๒,๓,๔,๕,๖ ให้จิตอยู่แค่นี้ก่อนนะ ถึงจะเรียกมันก็อยู่บ้างไม่อยู่บ้าง เดี๋ยวมันก็แว๊บไป ใครมีลูกมีหลานที่น่ารัก ใครจะดูหลานกูหรือเปล่า ทั้งที่ปากพุทโธ แต่จิตก็ไปโน่นแหละหาหลานรัก

(คุณตา) นั่นซิครับระหว่างนั่งสมาธิจิตมันจะไปหมดเลยไปห่วงลูก ห่วงหลาน ห่วงโน่น ห่วงนี่ไปหมด ผมอยากเอาจุดที่มันเด่นชัดมาวางตรงหัวใจหรือวางตรงไหนก็ได้ให้มันอยู่ตรงนั้นถึงจะสงบดี ผมคิดว่าอย่างนั้น

(หลวงพ่อ) เราก็ต้องลองดูถึงจะรู้จัก คิดเฉยๆ ไม่สำเร็จ แต่เราจะเอาลูกแก้วหรือเอาไฟ ถ้าต้องการเพ่งนะจุดเทียนขึ้นมาเพ่งอย่างเดียวก็ได้ หรือเพ่งที่จิตก็ได้อันนี้ก็ดีเหมือนกันนะ เพ่งที่จิตจะได้รู้เรื่องเลยมันจะออกหรือไม่ออกก็จะได้รู้เรื่อง

(คุณตา) แต่หลวงพ่อพุธหรือหลวงพ่อเหรียญท่านบอกให้ภาวนาว่าพุทโธ พุทโธ อย่าได้ขาดพุทโธ ตลอดมันจะเคยชินไป

(หลวงพ่อ) แต่จิตใจก็ยังไม่เข้าที่มันไปทั่วกันหมด คือจิตของเรามันฟุ้งซ่าน ตรงนี้เรียกว่านิวรณ์ ๕ มีกามฉันทะ พยาบาท ถีนมิทธะ อุทธัจจะกุกกุจจะ วิจิกิจฉา ไอ้ความฟุ้งซ่านนี้คือกามฉันทะ มันวิ่งหาสิ่งที่มันชอบ หมายความว่ากามแปลว่าชอบวิ่งหาสิ่งที่มันชอบหาลูกหลานหาบ้านหาช่อง มันแส่ไปในเรื่องนอกเรื่องนอกราวไป นี้เราก็อย่าไปพึ่งว่ามัน

(คุณตา) ผมก็ปล่อยไปตามอำเภอ แต่ทีนี้ในระหว่างที่จิตสงบประมาณ ๒ วินาที พยายามดึงเข้ามาก็ไม่มา

(หลวงพ่อ) มันต้องเข้ามาแต่มันไปแล้ว มันก็เข้ามาใช่ไหม เราไม่ต้องดึง มันก็เข้ามาอยู่แล้ว ที่จริงคำว่าดึงนี่มันไม่ถูกนะแต่ว่าถูกสำหรับที่จะใช้พูดให้บุคคลที่ไม่เข้าใจได้รู้จัก เรียกว่าดึงมันเข้ามาก็ได้อยู่ มันไปแล้วมันจบเรื่องมันก็เข้ามาเองที่จริงมันเป็นอย่างนี้ แต่ว่าใช้ภาษาหนึ่งพูดให้คนที่ปัญญามองมุมนี้ไม่ออก ก็เลยบอกให้ดึงเข้ามานะก็ใช้ได้ เป็นคำแทนกัน แต่ที่นี้ไม่ต้องดึงมันจะเข้าจะออกของมันเองโดยเป็นปกติอยู่แล้ว แต่ทีนี้ที่จะแก้นี่ จะแก้อะไรที่แก้ง่ายที่สุด ตรงที่สุด มันคิดก็ช่างหัวมัน กลับมาก็ช่างหัวมัน ผู้วางรู้ไปหมดเลย อันนี้แหละจบ วิธีง่ายๆ นี่คือมันจะเป็นอย่างไรก็ช่างมันมันบังคับไม่ได้อยู่แล้วให้เรารู้จึงจะได้รู้ว่ามันเป็นของไม่เที่ยง ถ้าให้มันอยู่กับที่เสียเลยมันก็เที่ยงซินะ ก็ผิดกับคำสอนนะซิ ก็มันออกๆ เข้าๆ ก็ถูกอยู่แล้ว คือมันไม่เที่ยงแสดงว่ามันไม่เที่ยงให้เรายอมรับความไม่เที่ยง มันก็จบ อือ เห็นไหม

(คุณตา) แต่ผมอยากให้มันอยู่นานๆ ประมาณสัก ๕ นาที ๑๐ นาที (หลวงพ่อ) ขนาดนั้นอันนี้ต้องเข้าฌานสิ ฝึกฌานให้ได้ ต้องฝึกเข้าสมาธิให้ได้ เป็นวันก็ยังได้ เป็นคืนก็ยังได้ แต่ว่าอันนี้อยู่ที่ผู้ขยันฝึก ถ้าไม่ขยันก็แล้วเลย สู้มันไม่ได้มันชอบเที่ยว แต่ถ้ามันได้เข้ามันกลับแล้ว กลับเลย ทำให้คนมาหลงตัวนี้นะ ที่ท่านเรียกว่าพวกสมาธิหัวตอ คือแต่ก่อนมันก็แล่นไปแล่นมา พอมันได้ลิ้มรสแห่งความสุขจากสมาธิเนี่ยแหละ จากฌานนี่นะมันกลับชอบตัวนี้ คราวนี้ไม่ไปไหนแล้ว ถ้าเอาเข้ามาก็อยากจะไปเข้าหลบอยู่อย่างนั้น สบายๆ เป็นบ้าอยู่แล้วอย่างนั้น สมาธิหัวตอหลวงปู่มั่นว่า ไม่มีอะไรเกิดขึ้นไปหลง

กับมันไม่ได้ เพียงแต่ว่าถ้ามันสงบไปแล้ว ก็เอามาคิด ไม่ใช่เอามันมาคิด เราเอามันไปคิดเอง แต่คิดในเรื่องอะไร ต้องคิดในเรื่องที่เราจะให้คิดเท่านั้นเองบัดนี้ ไม่ใช่ให้มันคิดตามอำเภอใจของมันเหมือนเดิมไม่ได้ เพียงแต่ว่าเรามากำหนดสิ่งให้มันคิด นี่มันเป็นปฏิบัติธรรมแท้โดยตรง ถ้ามึงอยากคิดเองเหรอ มึงลองมาคิดดีกว่ากายเป็นของมึงจริงๆ เหรอ พระพุทธเจ้าบอกว่าไม่ใช่ มันไม่ใช่หรือเปล่า พระพุทธเจ้าเห็นผิด หรือมึงเห็นผิด มึงมาคิดให้กูดูที มึงมาวิเคราะห์ให้กูที ถามมันอย่างนี้ เดี๋ยวมันจะค้นหาเองของมันแหละ นี่คือเราให้เป็นต่างหาก มันจะค้นหาความเป็นอนิจจัง ทุกขัง ออกมาประกาศก็จะยอมรับคำสอนของพระพุทธเจ้านะ อันนี้แหละรู้จักมันก็จะพาเราเข้าสู่กระแสธรรมแล้วละ ถ้ามันยอมรับความจริงไม่ยากง่ายนิดเดียว

ง่ายแล้วล่ะ มันชอบโลดแล่น มันอยู่เมืองลิง เราอยู่เมืองย่าโมเอ๊ยอยู่เมืองละโว้ เมืองลิง จิตมันเลยวิ่งเหมือนกับลิงแล่นไปแล่นมาแต่ว่าถึงจะแล่นก็ไม่เป็นไรที่จริง ถ้าเรารู้จักวิธีการพวกนี้ปัญญาจะมากจิตชอบแล่นมันไปเรื่อย เรื่องพูดได้เยอะเลย ถ้าเรารู้มันแล้ว

(คุณตา) อันนี้เรียกว่าเป็นอนิจจังใช่ไหมครับ

(หลวงพ่อ) ใช่ เป็นอนิจจัง อย่าไปโกรธมัน มันแสดงให้เรายอมรับธรรมชาติอันนี้ก็ดีหรอก หลวงพ่อว่าจะได้หายสงสัยไม่งั้นจะต้องเสียเวลาไปอีกยาวนาน การปฏิบัตินี้ก็มีพระพุทธเจ้าเคยพูด

เอาไว้ว่านักปฏิบัติประเภทม้ากระจอก ม้าอาชาไนยเป็นอย่างไรม้ากระจอกเป็นอย่างไร เราจะเดินตามก้นม้ากระจอก หรือเดินตามก้นม้าอาชาไนยอย่างนี้แหละ พระพุทธเจ้าพูดไว้ชัดเจนนะอันนี้มาจากพระไตรปิฎก เอกนิบาต อังคุตรนิกาย พระไตรปิฎกเล่มที่ ๒๔ ข้อที่ ๓๔๘ หน้าที่ ๒๑๖ คำว่าม้ากระจอกกับม้าอาชาไนย ท่านถือเอาว่าผู้ปฏิบัตินี้ผู้ที่เพ่งด้วยอารมณ์เพ่งความยึดถือ เพ่งแล้วกลับไปยึดถือมั่นในอารมณ์นั้นๆ นี่คือม้ากระจอก แต่ม้าอาชาไนย เพ่งแล้วไม่ยึดถือ คำพูดนี้เหมือนง่ายๆ แต่ว่าถ้าคนเข้าใจแล้วง่ายจริงๆ ไม่ยาก ทีนี้ท่านบอกว่าเธอจงเพ่งเล็งอย่างการเพ่งของม้าอาชาไนย อย่าเพ่งอย่างการเพ่งของม้ากระจอก ดูก่อนผู้ปฏิบัติธรรมทั้งหลาย ม้ากระจอกถูกผูกเอาไว้ที่รางเลี้ยงอาหาร ใจมันก็วนคิดเพ่งอยู่แต่ว่าข้าวเปลือกหรือหญ้าหนอจะมาจะเอาข้าวเปลือกหรือเอารำ หรือเอาหญ้ากินมันก็จดจ่ออยู่กับสิ่งนี้นี่คือม้ากระจอก ส่วนม้าอาชาไนยนั้นถูกผูกไว้ในรางอาหารเช่นเดียวกันแต่ใจของมันจะเพ่งอยู่ว่า มันไม่ได้เพ่งข้าวเปลือกหรือหญ้าหรือรำอะไรต่างๆ แต่ใจมันไปคิดว่าวันนี้สารถีของเราต้องการให้เราทำอะไรหนอ จะให้เรานำพาไปไหนหนอ ต้องการรับใช้สารถี เพื่อจะตอบแทนบุญคุณข้าวกับน้ำเห็นไหม คิดต่างกัน อันหนึ่งคิดแต่จะกินอย่างเดียวอันหนึ่งคิดตอบแทนบุญคุณ มันเรียกว่าม้าอาชาไนย

ทีนี้ก็มาถึงตอนหนึ่งท่านก็เลยว่า ผู้ปฏิบัติอย่างม้ากระจอกในกรณีที่กลับไปสู่ป่าก็ดี สู่โคนไม้ก็ดี หมายถึงว่าไปปฏิบัติอยู่ในป่าอยู่โคนไม้ก็ดี อยู่ที่ว่างจากเรือนก็ดีนะ มีจิตถูกราคะ อันนี้หมาย

ถึงว่าจิตของเขาก็ยังยินดีอยู่ในกามฉันทะดังกล่าว เรียกว่าถีนะมิทธะ อุทัจจะกุกกุจจะ เห็นมากลุ้มรุมอยู่จิตเขาจะไปผูกพัน แทนที่จะมาอยู่กับคำกรรมฐานคำภาวนา กลับไปอยู่กับความพอใจในสิ่งนั้นสิ่งนี้ มันคือจิตแส่ออกไปเหมือนโยมที่ถาม มันวิ่งออกไปเองนะ อยู่ในกามฉันทะไปแช่อยู่ในกามฉันทะ ความพอใจในสิ่งนั้นสิ่งนี้ แล้วก็พยาบาท บางทีก็จะแล่นไปสู่ความไม่พอใจ คิดอาฆาตมุ่งร้ายทำลายกัน ถีนะมิทธะ ชอบง่วงเหงาหาวนอน ถ้าพอให้ฟังหน่อยก็ไม่ฟังกูก็จะหลับ ง่วงแล้วง่วงอีก ดึงหนังตาขึ้นมันก็ดึงมันคง ดึงกันขึ้นลงแต่ก็สู้มันไม่ได้ เอาไปเอามาก็คอพับ ไม่รู้เข้าใจหรือไม่เข้าใจพระเทศน์คอพับ อุทัจจะกุกกุจจะ เป็นสลึมสะลือ ซึมเซ่อ ความคิดฟุ้งซ่าน และรำคาญหงุดหงิด ตัวสุดท้ายนี่คือ วิจิกิจฉาความลังเลสงสัยก็เหมือนกัน สงสัยนี่เราจะได้สมาธิไหม คำสอนนี้จะทำให้คนถึงมรรคผลนิพพานจริงไหม เราทำอย่างนี้จะได้บุญไหม อะไร อะไรสงสัยไปหมด บ้าบอคอแตกไปหมด ทำดีก็ต้องได้ดีทำไมไม่รู้จัก ไปสงสัยทำหอกอะไร ทำชั่วก็ได้ชั่ว มันคิดง่ายๆ อย่างนี้ก็ได้ บอกมันต้องบอกมันด้วย พระพุทธเจ้าบอก ต้องบอกมันด้วย นี่จะสงสัยทำหอกอะไร เราต้องใช้อำนาจบางทีก็ต้องด่าว่าเหมือนเราด่าเด็ก คือจิตของเราขณะนี้เหมือนเด็กที่ไร้เดียงสา ต้องพูดดีบ้าง ต้องยอบ้าง ต้องด่าว่าบ้าง นั่นคือความหมายของพระพุทธเจ้า เหมือนเราเลี้ยงลูกของเรา บางทีก็โอ๋อย่างนั้นอย่างนี้นะลูกอย่างนั้นนะลูก อย่างนี้นะ ถ้ามันไม่ฟัง ทำไมมึงพูดไม่ฟัง การที่จะกล่อมจิตใจเราให้รู้จักพระพุทธเจ้าสอนไว้เปรียบไว้ดีมาก การ

ดูแลจิตก็เหมือนการดูแลลูกที่ยังเด็กอยู่ยังไร้เดียงสาอยู่ การที่เราได้มาปฏิบัติ เพื่อจะให้มาแกร่งมากล้า มาเป็นปัญญาได้มาอบรมนะ ทีนี้ถ้าจิตจมอยู่อย่างนี้ก็เรียกว่าเป็นจิตที่เปรียบเหมือนม้ากระจอก

ทีนี้จิตที่เหมือนม้าอาชาไนยนั่น เหมือนม้าอาชาไนย ม้าอาชาไนยก็จะคิดถึงเรื่องที่เจ้านาย เจ้านายใช้งานอะไร เขาจะต้องการคิดตอบแทน เรื่องอาหารจะตอบแทนเจ้านาย จะตอบแทนเจ้านาย จะตอบแทนบุญคุณเจ้านาย เจ้านายจะใช้ไปงานอะไร เช่นเดียวกับผู้ปฏิบัติที่มีจิตเป็นม้าอาชาไนย เปรียบเหมือนม้าอาชาไนย เห็นว่าบุญคุณที่พระพุทธเจ้าวางไว้ให้นั้นมันมากมายมหาศาล ทำให้จิตของเราพ้นทุกข์ ทำให้เรามีปัญญา หรือบิดามารดาของเราที่เลี้ยงดูเรามาจนเติบโตมาเป็นคนขนาดนี้ ได้ศึกษาธรรมะเราจะเอาอะไรไปตอบแทนบุญคุณของบิดามารดา ผู้ให้กำเนิดเกิดเป็นมนุษย์ ท่านไม่บีบคอเราตายตั้งแต่อยู่ในท้องก็บุญพอแรงแล้ว นั่นก็คิดอย่างนี้ของมันเป็นปกติมันจะรักพ่อแม่มันเห็นมั๊ยเราเอาความดีจากการปฏิบัตินี้ได้อย่างไรไปตอบแทนบุญคุณท่าน แหมมันไปคิดคนละมุมกัน

ทีนี้พอมันมามองในข้อปฏิบัติ โอ้นี่เอง วิธีปฏิบัติให้ถึงถ้าเราฟังแล้วไม่เข้าใจ เราก็ต้องพึ่งอาศัยปฏิบัติ ข้อปฏิบัตินี้เองเพื่อจะนำเราไปสู่ความสำเร็จได้รับความสุขจากธรรมะ เมื่อได้ความสุขจากธรรมะแล้วก็จะหยิบยื่นธรรมะนี้ไปให้ลูกหลาน ให้พ่อแม่ ตอบแทนบุญคุณของแผ่นดิน ตอบแทนบุญคุณของบิดามารดา มารดาพาจูงแขนข้าพเจ้าเข้า

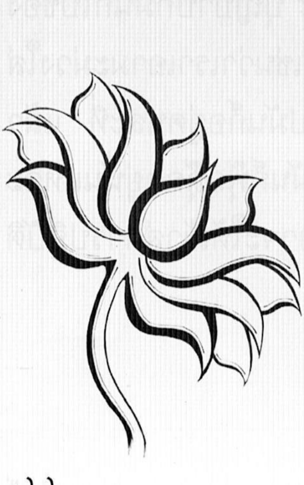
วัดตั้งแต่เล็กๆ แต่เราไม่ได้ศึกษา เพิ่งมาศึกษาตอนนี้ เห็นคุณของท่านจูงมือเข้าวัด

บัดนี้ถ้าเราเข้าใจแล้ว เราจะทำอย่างไร เราจะสงเคราะห์คนหรือไม่สงเคราะห์ก็อยู่ที่เราแล้ว มันเป็นคนละความคิดแล้ว ม้าอาชาไนยนะต้องรับใช้นะ เราจะรับใช้ประโยชน์ส่วนรวม เราจะให้ประโยชน์สูงสุดแก่มวลหมู่มนุษย์ นี่ก็ว่าอย่างนั้น

ถ้าสมมติว่าเราเปิดสถานที่ปฏิบัติธรรมนี่ ให้ลองคิดดูซิ ให้ประโยชน์สูงสุดในชีวิตของแต่ละคน ลูกหลานก็มีโอกาสที่จะเข้ามาศึกษา แล้วคนสูงอายุก็อาจจะเข้ามาศึกษา เราได้ช่วยยกคนบาปออกจากนรกได้ อย่างพระพุทธเจ้าคำว่ายกคนบาป เช่น องคุลีมาลนี่นะ ออกจากนรกได้เลย ไปสู่นิพพานด้วย ไม่ใช่แค่สวรรค์ พรหมโลกนะ บาปขนาดไหนฆ่าคนตั้ง ๙๙๙ คน โอ้โห ป่านนี้ก็ยังยกออกจากนรกขุมใหญ่ๆ ได้อยู่มาเข้าใจธรรมะไม่ใช่เข้าใจธรรมดา ไม่ใช่เข้าใจขั้นสมาธิ ขั้นฌาน ฌาน ๑ ฌาน ๒ ฌาน ๓ ฌาน ๔ หรือว่าไปถึงแค่สมาบัติ ๘ ไม่ใช่นะ ส่งไปถึงอนัตตาเลย ความเห็นล่วงไปถึงอนัตตา เห็นทุกสิ่งทุกอย่างเป็นสภาพของเขาเลย นั้น อย่างนั้น ไม่เข้าไปถือมั่น ไม่ยึดมั่นถือมั่น ในอันใด ใดใดในโลกนี้เลย เห็นมั้ยนั่นแหละ ขนาดมหาโจรบางคน ยังไม่กล้ากราบเลย เห็นท่านยังวิ่งหนีเลย ท่านเป็นพระคนยังวิ่งหนีเลย กลัวว่าองคุลีมาลมาแล้ว กลัวองคุลีมาลมาฆ่า แต่ตอนนี้ไม่ฆ่าใครแล้ว นี่คือการทำบาป คุณยายก็คงไม่ได้ทำบาปขนาด

นั้นหรอกเนาะ อย่างน้อยก็ไปตักเอารวก ไปซ่อน ไปตักเอาลูกอ๊อด มาฆ่าทีละ ๒๐ ๓๐ ทีละหม้อ (หัวเราะ) ปลาซิวอีกล่ะ มันสัตว์ มันไม่โทษหนักเหมือนคน โทษหนักขนาดคน ยังมาเข้าใจธรรมะได้ นี่ไม่ใช่เรื่องเล่น ๆ นะ

บางคนก็คิดมากหน่อย ไม่อยากมาวัด คิดว่าตนทำบาป มีหลายคนมาเคยถามหลวงปู่ ๆ หนูไม่อยากมาปฏิบัติธรรม หนูเป็นคนบาป คนบาปยิ่งต้องเข้าวัดเข้า มันจะได้ล้างบาป ด้วยสกปรกมันก็มาล้างสิ ถ้าจิตใจของเราสกปรกเราก็ต้องมาทำบุญมาล้างมัน หนูฆ่าคนตาย ฆ่าคนตายอย่างไร หนูฆ่าบุตรในครรภ์ ๒ คน เพราะหนูยังไม่มีภาวะพร้อม หนูยังไม่พร้อมที่จะเลี้ยงเขา หนูรู้ว่ามันบาป หนูก็เลยไม่อยากเข้าวัด เข้าวา มันยังโชคดี มันยังรู้จักถาม ก็แค่ ๒ คน จะไปกลัวอะไร องคุลิมาลฆ่าคนตั้ง ๙๙๙ คน มันยังบรรลุธรรมได้ รีบเข้ามา โอ้มันดีใจใหญ่เลย มันคิดว่าฆ่าคนแล้ว ไม่มีโอกาสจะรู้ธรรมะนะ ล้างบาปไม่ได้ ถ้าถ้วยเปื้อนเราก็จะชำระล้างถ้วยด้วย อันนี้เราจะยกจิตของเราจากกองบาป กองบุญ ต่างหากล่ะ บุญบาปก็มันก็ไปของมัน มันเกาะเราไม่ได้แล้วเราเอาสลัดของออกไปเช่นว่าเราเอามะม่วงใส่จานมันยังคาจานอยู่ แต่ถ้าเราโยนมะม่วงออกไปมันก็อยู่คนละที่ แล้วถามว่ามะม่วงหายมั๊ย มันไม่หาย ถ้าเราไม่กินมันก็ฟุกลุ๊กอยู่นั่นแหละ ถ้าเราพากันกินมันก็อยู่ในท้อง พูดยาววันนี้ เดี๋ยวจะให้เข้าสู่การปฏิบัติ ฝอยแค่นี้เป็นชั่วโมงไปแล้วเร็วจังเลยเวลา



# รักษาใจ

ในสมัยพุทธกาล วิศากยกุมารกับนางธัมมทินนา ซึ่งเป็นเศรษฐี ด้วยกัน แต่งงานกันกลายเป็นอภิมหาเศรษฐีทั้งสองคน แต่เขาก็ยังทำมาหากิน วันหนึ่งวิศากยกุมารเห็นคนหลั่งไหลเข้าไปฟังธรรมองค์สัมมาสัมพุทธเจ้าเยอะแยะเกิดสงสัยไม่รู้ว่าเข้าไปทำอะไรก็เลยตามเข้าไปเลยได้ยินธรรมะเข้าใจในธรรมะ วันนั้นกลับบ้านผิดเวลาทุกๆวัน พอเข้ามาบ้านภรรยาคอยยิ้มรับสามี สามีก็ยิ้มรับให้ภรรยา แต่มา ๓ วันนี้ สามีผิดแปลกกว่าธรรมดา สามีไม่ได้ยิ้มให้ภรรยาก็เลยเจ็บใจว่าสามีคงมีคนอื่น จึงไม่มองหน้าภรรยาเลย วันที่ ๓ นางทนไม่ไหวเข้าไปกราบสามี แล้วถามว่า ทำไมจึงทรมานน้องมากขนาดนี้ พ่อเป็นอะไร พ่อมีใจให้กับใคร ที่ผ่านมาพ่อเคยยิ้มให้มาเป็นปี ๆ แต่ ๓ วัน ที่ผ่านมาพ่อยิ้มก้มหน้าไปอย่างเดียวไม่มองหน้าน้องเลย สามีบอกว่าไม่ใช่อย่างนั้น ไม่ได้มีหญิงอื่น เมื่อวันก่อนเห็นคนหลั่งไหลเข้าไปฟังพระพุทธเจ้าเทศนาพี่ก็เลยเดินตามไปดู ได้ฟังธรรมที่พระพุทธเจ้าเทศนา ได้เข้าใจธรรมที่พระพุทธเจ้าเทศนา จึงได้เดินยิ้มมานี่แหละ นางต่อว่าว่าเวลาได้ของดีทำไมไม่นึกถึงภรรยาบ้าง วิศากยกุมารจึงเล่าให้ภรรยาฟังว่าพระพุทธเจ้าพูดเรื่องสมบัติ ถ้ามีมากแต่ไม่รู้จักใช้จ่ายให้เป็นประโยชน์ก็ไม่เป็นประโยชน์ ต้องรู้จักแบ่งปัน รู้จักเจือจาน รู้จักใช้ประโยชน์ อีกไม่ช้าเราก็จะตายจากมันหรือมันอาจตายจากเราไปได้ มันอาจเกิดวิบัติได้ สมบัติมันเป็นของไม่เที่ยงแท้แน่นอน เดี๋ยวก็มีได้ เดี๋ยวก็จนได้ ไม่ใช่ว่ารวยแล้วจะจนไม่ได้

สมบัตินี้ว่าเป็นของเรา แต่ว่ามันไม่ใช่ของเรา แต่ก่อนเป็นของพ่อของแม่ ก่อนเป็นของพ่อของแม่เป็นของใคร ก็เป็นของปู่ของย่าของตายายแล้วมีใครเป็นเจ้าของจนมาถึงเราอีกหน่อยเราก็ตายจากไป ถ้าเรารู้จักใช้มันให้เป็นประโยชน์ แต่ถ้าใช้ไม่เป็นประโยชน์ก็ไม่เป็นประโยชน์ ทรัพย์สมบัติต่างๆ เป็นของโลก เมื่อตายแล้ว แม้ร่างกายของเราก็เอาไปไม่ได้ ไม่ต้องพูดถึงสมบัติ ร่างกายพอตายแล้วก็เอาไปเผาเผาทิ้งไว้บนโลกนี่แหละ สมบัติเมื่อตายไปแล้วก็มาแย่งกันอยู่บนโลกไม่ใช่ของตน อย่างนั้นอย่าไปหมายว่ามันเป็นของของเรา ของของเราจริงๆ นั่นคือบุญและบาปที่เราต้องสร้างขึ้นมาเป็นของเราแท้ ร่างกายตายไปแล้วบุญและบาปเท่านั้นที่พาเราไป บุญจะพาไปสุขคติสวรรค์ บาปก็จะพาไปสู่ทุกขคติวิบากนรก จะเกิดความเดือดร้อน คนมีปัญญาใช้ทรัพย์สมบัติของตนไม่ยึดมั่นธาตุขันธ์ของตนเองว่าเป็นของเรา ความยึดมั่นว่าเป็นของเราเป็นเหตุให้เกิดทุกข์ เป็นเหตุให้เกิดความโลภ แต่ถ้าไม่มีอุปทานในขันธ์ว่าเป็นของเรา มีน้อย ก็สบาย มีมากก็สบาย มีน้อยก็ไม่ทุกข์ มีมากก็ไม่ทุกข์

วิศากยกุมารเล่าให้ภรรยาฟัง ภรรยาก็เข้าใจ เขาบอกภรรยาว่าจะยกสมบัติทั้งหมดให้เธอแล้วขอให้พี่ออกบวชก็แล้วกัน นางธัมมทินนาได้ฟังสามีเล่า ก็บรรลุธรรมเป็นอนาคามีเหมือนกับสามี นางพูดออกมาเลยว่า เสลดของพระพุทธเจ้าขากถุยลงไปถึงดิน ใครล่ะจะตามไปเก็บมาเคี้ยวแล้วกลืนกิน น้องขอยกให้พี่

ก็แล้วกัน ขอให้น้องได้ออกบวชก่อน อันนี้เป็นเรื่องของคนเข้าใจธรรมะ ตราบใดที่ยังไม่เข้าใจธรรมะก็เห็นทรัพย์เป็นของดีอยู่นั่นแหละ แต่ว่าพอเห็นความเป็นจริง เราจะเห็นคุณค่าทางจิตใจ สิ่งที่มีประโยชน์จริงๆ คือประโยชน์ทางด้านจิตใจของเรา ร่างกายนี้มันก็ยังเป็นสมบัติของโลก

ถ้าพูดถึงจิตใจ คำว่าภาวนา คือไปศึกษาใจของตน ถ้าเราไม่รู้จักอย่างนี้ เราไม่มีโอกาสได้รู้ธรรมะเลย เราจะไปดู ไปหาวิธีศึกษาดูใจว่าใจของเราทำอะไร คุณทำงานถูกผิดอย่างไร มีความโลภโกรธอย่างไร ทำไมเราจึงโกรธ จึงเป็นเหตุให้ความโกรธมาบงการเราได้ ความโกรธถ้าเกิดขึ้นแล้วมันก็สั่งให้เราพูด ต้องด่า ต้องว่า ต้องเฆี่ยน ต้องตี ด้วยไม้ ด้วยมือ ด้วยอาวุธบ้าง ต้องประหัตประหารกันเพราะความโกรธใช่ไหม เราไม่เคยคิดขึ้นมาเลยว่าการจะรับใช้ความโกรธมีคุณหรือโทษ เราก็มักจะทำตามมันไป แต่มีหลายคนยับยั้งได้อยู่ ไม่เป็นทาสของความโกรธก็รู้ทันทีเลย โกรธเขามันร้อน จะยืนเดินนั่งนอนเป็นทุกข์ไม่สุกใส ไม่เอาละไม่โกรธแล้ว มันจะสั่งก็ไม่ได้ตามมันนะ ความโกรธมันเกิดขึ้นมา มันปรุงแต่งแล้วก็ดับลง คนที่ยังไม่เข้าใจธรรมะไว้พิจารณา ไม่เคยเห็นโทษของมันก็ยังรับใช้มันอยู่ รับใช้แบบไม่ลืมหูลืมตา มันสั่งให้ทำอะไรก็ทำ ให้ฆ่ากันก็ทำ ให้ประหัตประหารกัน ความโกรธนั้นร้ายกาจ บุคคลผู้มีปัญญานั้น ความโกรธมันเป็นเรื่องธรรมดา มันเกิดขึ้นถ้ามันไม่รู้จักทำตามมันก็ปรุงต่างแล้วมันก็ดับลง ที่จริง ทุกคนทำได้

บางครั้งเราโดนด่าโดนว่า แต่เราก็เฉยได้ แล้วบอกว่าช่างเขาเถอะ เราก็ไม่ต้องโกรธ ดีไหม อันนั้นนั่นคือการปล่อยวางเป็นอยู่ทุกคน แต่ถ้าปล่อยได้บ่อยๆ อันนั้นก็จะกลายเป็นปัญญาจะกลายเป็นบุคคลผู้ฉลาด ไหวพริบทันคน จะทันโลกทันเหตุการณ์สุขสำราญอยู่โลกอันวุ่นวายนี้ ถ้าทำให้ปัญญาเกิดขึ้นแล้วนะถ้าท่านระงับความโกรธได้โดยเฉพาะคนหนุ่มคนแน่น พระพุทธเจ้าบอกว่า ถ้าปัญญาเกิดขึ้นแล้ว เราจะทำมาค้าขายอะไรก็ช่างแม้ทุนเล็กน้อยก็ทำให้เติบโตได้ เหมือนกันกับคนก่อกองไฟกองเล็กๆ ก็ใส่เชื้อเป็นกองใหญ่ได้ การที่จะทำให้ตัวเองร่ำรวยไม่ใช่ของยากเลย ถ้าคนมีปัญญา พระพุทธองค์ก็พูดยืนยันอยู่แต่ถ้าไม่มีปัญญาแล้ว บิดามารดาหอบเงินมาโปะให้เท่าไรก็เกลี้ยงปัญญาทางพระพุทธศาสนาน่าทำให้เกิดมี เราก็ไม่ต้องเสียอะไรมากมาย เตรียมทำสมาธิภาวนาก็มี ยืน เดิน นั่ง นอน สามารถทำได้ทั้ง ๔ บท นอนหงาย หายใจเข้าพุท ออกโธจนกว่าจะหลับนั่งอยู่นี้ หายใจเข้า ก็พุท หายใจออกก็โธ ก็เป็นบุญ เดินไปหายใจเข้าพุท หายใจออกโธ ไปเรื่อยๆ จะยืน เดิน นั่ง หรือนอน สามารถพุทโธได้ตลอดเวลา นี่แหละวิธีสร้างบุญ สร้างปัญญาให้เกิดขึ้น

ก็มีนิทานเรื่องหนึ่ง น่าคิด น่าจะทำให้เกิดปัญญา นิทานธรรมะเรื่องภรรยา ๔ คน เรื่องมีอยู่ว่า มีชายคนหนึ่ง มีภรรยา ๔ คน ภรรยาคนที่ ๔ เขารักมากเขาเอาใจมาก จะไปไหนเขาก็เอาภรรยาคนที่ ๔ ไปด้วย จะไปอยู่ ไปกิน ไปเที่ยวก็เอาไปด้วย ไปเที่ยวเขา

เที่ยวน้ำตกก็เอาคนที่ ๔ ไป แต่ภรรยาคนที่ ๔ ก็ไม่เคยเอาใจเขาเลย ไม่เคยแยแสเลย

ภรรยาคนที่ ๓ เขาก็รักมาก เพราะกว่าจะได้เธอมาแสนยากลำบาก

ภรรยาคนที่ ๒ เขาก็รัก หาอะไรต่ออะไรให้ มีเรื่องมีปัญหาอะไรก็ไว้ วางใจปรึกษาหารือกัน ภรรยาคนที่ ๑ เขาไม่เคยแยแสเลย วันหนึ่งเขาป่วยหนักใกล้จะตาย จึงเรียกภรรยาทั้ง ๔ คน เข้ามาแล้วถามภรรยาคนที่ ๔ ว่า... ถ้าฉันตายเธอจะไปกับฉันไหม ภรรยาที่ ๔ ตอบว่า ก็เชิญเธอตายไปเถอะ พูดแล้วก็สะบัดก้นเดินหนีไป

เขาหันมาถามภรรยาคนที่ ๓ ว่า ถ้าฉันตาย เธอจะไปกับฉันไหม ภรรยาคนที่ ๓ ตอบ ถ้าเธอจะตายก็จงรีบตายเสียเถอะ ฉันจะได้แต่งงานใหม่ เมื่อเขาหันมาถามภรรยาคนที่ ๒ เธอตอบว่า ไป แต่ฉันแค่ไปส่งที่เมรุนะ แล้วก็กลับ เขาถามภรรยาคนที่ ๑ ภรรยาคนที่ ๑ ตอบว่า เธอไปไหน ฉันจะไปกับเธอด้วย ถ้าเธอตายฉันก็จะตายไปกับเธอด้วย

ภรรยาคนที่ ๔ หมายถึงร่างกาย เราให้อาหารมันทุกวัน แต่มันไม่เคยเอาใจเราเลย มันงอน มันอยากหิวมันก็หิว มันอยากป่วยมันก็ป่วย ห้ามก็ไม่ฟัง ดื้อ แม้เราจะรักแสนรัก ที่แสนดี แต่เขาก็ไม่เอาใจใส่เรา

ภรรยาคนที่ ๓ หมายถึง ลาภ ยศ สรรเสริญ สุข ถ้าเราตาย เขาพร้อมเป็นของคนอื่นทันที ทำให้เราเห็นว่า เราดิ้นรนปากกัดตีนถีบก็เพื่อลาภ ยศ ผลสุดท้ายก็เอาติดตัวไปไม่ได้

ภรรยาคนที่ ๒ ที่บอกว่าจะไปส่งที่เมรุ แล้วก็กลับ หมายถึง บุตร ภรรยา ญาติพี่น้อง มิตรสหาย ก็ไปส่งได้แค่เชิงตะกอน

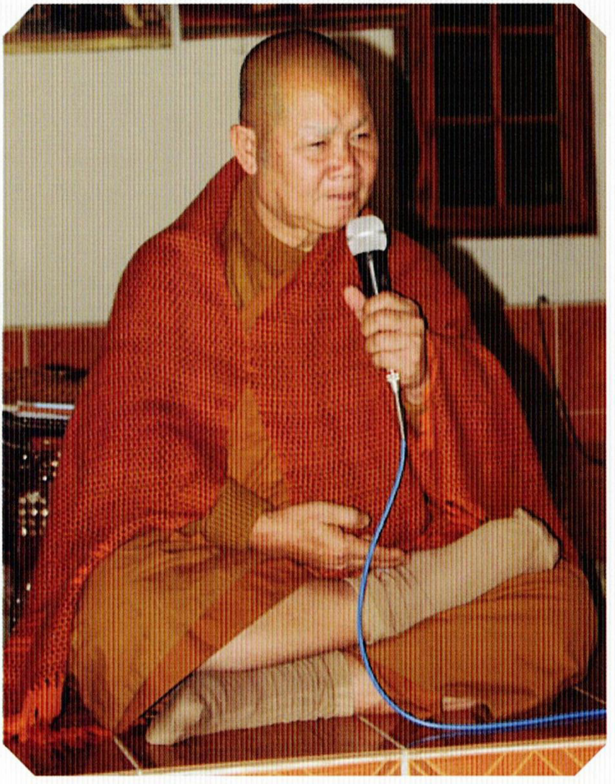
ภรรยาคนที่ ๑ ที่ตอบว่าไปไหน ไปด้วยกัน... หมายถึง บุญ – บาป ที่จะติดตัวเราไป บุญ ถ้าใครสร้างบุญสร้างกุศลไว้มากก็มีสุขคติในโลกสวรรค์ ถ้าใครภาวนาเป็นอย่างน้อยก็พรหมโลก เป็นพรหม ทำทานรักษาศีลเป็นเทวดา ถ้าเกิดปัญญาก็ไปนิพพานได้

เรามาเอาใจของเรา ให้เรามาเห็นคุณค่าของใจ สามีภรรยาก็ส่งแค่เชิงตะกอน ลาภ ยศ ก็ไปแต่งงานใหม่ กายเขาเดี๋ยวก็ป่วย เดี๋ยวก็ตาย ใจของเราต่างหากที่หาบุญหากุศลด้วยทาน ศีล ภาวนานี่ที่จะนำพาไปสู่ที่สุขคติ โลกสวรรค์ จงคิดอะไรออกมา ให้คำนึงถึง จิตใจของเรา จิตใจนี่นะถ้ามันเกิดความสุขมันก็จะเกิดปัญญา มันจะทำให้เราร่ำรวยได้โดยไม่ยาก ทำให้เป็นใหญ่เป็นโตได้โดยไม่ยาก

หลักพุทธศาสนา แค่ ๓ อย่าง ทาน ศีล ภาวนา เรายังเอาไม่ครบเลย ทาน ศีล ภาวนา เวลานั่งก็ทำเถอะ ภาวนาไปเถอะ เวลานอนก็ทำไปเถอะ ภาวนาเนี่ย มันยังไม่เกิดปัญญาก็ช่างมัน ทำไปเดี๋ยวมันก็เกิดเอง มันไม่ไปไหน

มันเกิดแน่นอน ขอให้เราทำไปเรื่อยๆ แต่ถ้าหากว่าฟังเข้าใจ ฟังรู้เรื่องอย่างนี้มันก็เกิดแล้วปัญญา บางคนก็เกิดช้าบางคนก็เกิดเร็ว เกิดโดยการฟังก็มี เกิดโดยการถามการตอบอย่างนี้ก็มี เกิดด้วยการนั่งภาวนา แล้วเกิดปัญญาก็มี เมื่อจิตสงบแล้ว ปัญญาผุดขึ้นมาก็มี แต่เราก็ต้องสังเกตดูตัวเราเอง

นี่คือการชี้ให้เราเห็นว่าสิ่งที่เราพึงเอาใจ ภรรยา ๔ คน ที่เราต้องเอา คือ ใจ เราทอดธุระเรื่องใจ เราไม่ค่อยเอาใจใส่เลย ความโลภเกิดขึ้นมามันก็ครอบงำ มันรุ่มร้อนอยู่ ไม่มีปัญญาแก้ไข เวลา ริษยา อาฆาต ก็ทุกข์ก็ร้อน เราปล่อยปละละเลยเราไม่สนใจภรรยาคนที่ ๑ ต่อไปนี้หันมาทะนุทนอม ภรรยาคนที่ ๑ ซะ นี่คือท่านชี้ให้เรามองเห็นคุณค่าระหว่างกายกับใจของเรา ที่จริงแล้วเนี่ยเราอยู่ในโลกนี้ เรามีทั้ง ๒ อย่าง แต่พระพุทธเจ้าให้เราปรารถนาทั้ง ๒ อย่างควบคู่กันไปทั้งกาย ทั้งใจ แต่ส่วนมาก เราพัฒนากาย แต่งแล้วแต่งอีก ทั้งบำรุงทั้งแต่ง แต่ส่วนจิตใจไม่ค่อยบำรุงเท่าไหร่ การแต่งมันคือ ภาวนา เป็นการแต่งใจ บำรุงรักษาใจ



# อำนาจของพุทโธ

การพัฒนาของเรามีอยู่ ๒ อย่าง คือ กายกับใจ ๒ อย่างนั่นน่ะ แต่รวมลงที่ใจ ใจเป็นที่สำคัญมากที่สุด คนเราจะทำอะไรสำเร็จหรือไม่สำเร็จก็อยู่ที่ใจ ถ้าท้อแท้ อ่อนแอ ยากที่จะสำเร็จ แต่ถ้าจิตใจเบิกบาน อาจหาญ กล้าหาญในงานที่ตนทำ ก็จะสำเร็จได้โดยไม่ยากเลย อย่างนั้นการที่เราพัฒนา การที่เราจะก้าวขึ้นมาเป็นหมอ เราก็ต้องพัฒนาในด้านวิชาการ เรียกว่า "วิวัฒนาการ" แต่ว่าทางด้านนี้เป็นวิชาการที่จะต้องเรียนรู้ ต้องศึกษามา แต่ถ้าหากว่า เราควบคู่กันไปกับการพัฒนาจิตใจ ถ้าได้พัฒนาจิตใจควบคู่กันไป ก็จะสำเร็จได้ง่าย จิตใจเป็นตัวสำคัญ เป็นตัวบ่งบอก เป็นตัวทำให้ทุกสิ่งทุกอย่างสำเร็จ เรียกว่า " TWO IN ONE" เราจะเอาวิชาการโลกอย่างเดียวก็ยากจะสำเร็จนะ สำเร็จได้อยู่ แต่หากว่าไม่รวดเร็ว ถ้าใครอยากได้อะไร อยากมีอะไร อยากเป็นอะไร ถ้าฝึกฝนใจให้ดี แน่นอนอะไรที่เราต้องการ ใจของเรามีอำนาจ ใจของเราจะบอกเองว่าจะทำอะไร จะสำเร็จหรือไม่สำเร็จมันอยู่ที่ใจ หลักของพระพุทธศาสนาเนี่ยจึงสอนให้เรารู้จักเรื่องของจิตใจของตนเองเนี่ยสำคัญ แต่ว่าไม่ค่อยจะศึกษาวิชาที่ดีที่สุดอยู่ที่จิตใจของเรา แต่เราไม่ได้ศึกษา เราไปศึกษาเฉพาะเรื่องนอกตัวของเราไปทั้งหมด ไม่ค่อยจะเข้าไปศึกษาในเรื่องของเรา เราอย่าลืมว่าเรากินข้าว เราก็ต้องกินน้ำควบคู่กันไป กินข้าวแล้วก็ต้องกินน้ำ มันเป็นของคู่กัน การพัฒนาความรู้ การพัฒนาปัญญา ก็ต้องให้คู่กัน ปัญญานี้เป็นปัญญาทางโลกและปัญญาทางธรรม เราจะได้เห็นว่าคนที่ทำงานได้สำเร็จเป็นมหาเศรษฐี

หรือว่าร่ำรวยงานที่ตนทำได้สำเร็จนั้น ถ้าใครเคยอ่าน อย่างคนที่เขาทำหลอดไฟเนี่ยก็เป็นเด็กธรรมดา แต่เขาใช้สมาธิแม้แต่คนที่ดังๆ ก็คือประธานาธิบดี ที่สหรัฐอเมริกา เป็นเด็กชาวไร่เป็นเด็กชาวไร่นะ อับบราฮัมลินคอนน์ ถ้าใครได้อ่านประวัติ เขาเป็นเด็กชาวไร่ ทำสวน ทำถั่ว แต่ว่าเขาชอบทำสมาธิ ด้วยความชอบทำสมาธิชอบฝึกสมาธินั่นแหละ พอเขาฝึกไปเรื่อยๆ ทำให้เขามองดีมองชั่ว มองถูก มองผิดออกด้วยตัวของเขาเอง เขาก็สามารถขึ้นพูดได้ พูดให้คนฟังได้ พูดให้คนยอมรับได้ คือพูดด้วยเหตุ ด้วยผลด้วยความรู้อันเกิดจากสมาธิ เขาก็ก้าวขึ้นจนได้เป็นโฆษกประจำทีมของประธานาธิบดี ต่อมาเขาก็ลงสมัคร เขาก็ได้เป็นประธานาธิบดีอับบราฮัม ลินคอนน์ ที่เลิกทาสที่สหรัฐอเมริกา ถ้าใครไปสหรัฐอเมริกาเขาก็ต้องไปกราบลินคอนน์ ไปขอพรลินคอนน์ นี่คือเรื่องของสมาธิ ให้เราว่าเรื่องของสมาธินี่มีประโยชน์มาก อย่างคนที่ทำยางไฟร์สโตนก็เหมือนกันเป็นเด็กคนนึง เด็กจนๆ นี่แหละ แต่ว่าไม่มีอะไรจะทำ หมดอะไรตายอยาก ก็ไปฝึกนั่งสมาธิ เมื่อจิตเป็นสมาธิก็เกิดปัญญา ก็มองหาช่องทางที่จะทำกันได้ เขาก็มาผลิตยางรถยนต์ไฟร์สโตน เขาก็เป็นมหาเศรษฐีอยู่โลกนี้ ทำให้เห็นว่าเรื่องของสมาธิไม่ใช่เรื่องเล่นๆ ไม่ใช่เรื่องเล็กๆ มันเป็นเรื่องใหญ่ สำหรับชีวิตของบุคคล ในเรื่องของการฝึกสมาธิ คือฝึกจิตของตนเองนั่นแหละ

อย่างประเทศไทยของเรา แม้พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวของเราทุกพระองค์ที่เอาพระพุทธศาสนาขึ้นมาเป็นศาสนาคู่ชาติคู่บ้านคู่เมือง เพราะอะไร เพราะท่านเห็นคุณค่าเห็นวิธีฝึกจิตของคนให้ดีได้เก่งได้ มีความสามารถได้ แล้วก็อยากจะให้พสกนิกรทั้งประเทศได้ศึกษาในเรื่องของสมาธิ เรื่องของปัญญา ปัญญาในหลักของพระพุทธศาสนามันทำได้ง่าย ทำได้ไม่ยากเลย ถ้าเรารู้จักอย่างที่ทำไปตะกี้ ก็มันเป็นวิธีหนึ่ง คือการบริหาร กาย กับการบริหารจิตไปพร้อมๆ กัน แต่หลายคนอาจจะได้บริหารกาย แต่ว่าเราไม่ค่อยบริหารจิตไปพร้อมๆกัน เช่น การวิ่งออกกำลังกาย เราก็จะได้เฉพาะกำลังกายเฉยๆกำลังจิตของเราจะไม่ได้เลย แต่ถ้าใครวิ่งออกกำลังกาย พร้อมกับใช้คำบริกรรม ให้มีสติอยู่กับการที่เราก้าวขาไป ก้าวขาขวาเหยียบปั๊บก็พุทขาซ้ายเหยียบลงปั๊บ ก็โธ พุทโธ พุทโธ พุทโธ ไปเรื่อยๆแล้ววิ่งไป แต่อันนี้แหละเรียกว่า "TWO IN ONE" พลังกายก็ได้ พลังจิตก็ได้เห็นไหมว่ามันได้ทั้ง ๒ อย่าง แต่สู้บริหารกายเช่นเดียวกัน ถ้าเราบริหารกายเฉยๆ เราก็จะได้พลังกายเฉยๆ แต่เราต้องการหลักของพระพุทธศาสนาให้เราบริหารควบคู่ไปทั้ง ๒ อย่าง เราทั้งมีกายเรามีทั้งใจ เราก็ต้องบริหารกายและจิตใจของเราไปพร้อมๆ กัน อย่างนี้เรียกว่าคนฉลาด แต่ถ้าบริหารแต่กายอย่างเดียวก็ยังเก่งขนาดไหนก็ไม่ใช่ว่าจะเป็นคนฉลาดนะ หรือเราจะเรียนเก่งขนาดไหนเป็นใหญ่เป็นโตขึ้นมาขนาดไหนก็ตาม แต่ถ้าหากว่าเรายังขาดคุณธรรม ขาดสมาธิก็ถือว่าขาดคุณธรรม มาบริหารประเทศชาติ บ้านเมืองก็เดือดร้อน

เพราะความโลภ ความโกรธ ความหลง เข้าไปครอบงำ ก็สามารถที่จะเอาความเก่งของตนเองไปฉ้อราษฎ์บังหลวงกันบ้านกัน โกงบ้านโกงเมืองได้ แต่ถ้าเขามีสมาธิปัญญาถ้าเขาเคยฝึกสมาธิ ถ้าเขามีปัญญาเป็นบุคคลผู้รอบรู้ เขาก็จะไม่เห็นประโยชน์ส่วนตัว ก็จะมองเห็นประโยชน์ส่วนรวม เห็นคนส่วนรวมมีความสุขก็จะมีความสุข พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวของเรายังสละเงินส่วนพระองค์ ๑๒ ล้านบาท เมื่อวันที่ ๒๑ ก.ค. ๒๕๔๗ เพื่อให้เป็นกองทุน เพื่อจะให้พระสงฆ์ อุบาสก อุบาสิกาผู้ใดมีความรู้ความสามารถพอที่จะฝึกสมาธิภาวนาให้เกิดปัญญา ให้เกิดความรอบรู้ ให้เป็นคนดี นั่นคือ พระราชประสงค์ของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ที่ทรงเป็นห่วงพสกนิกร ทั้งประเทศ เมื่อเราได้เข้าใจอย่างนี้ ก็อยากที่จะให้เราทุกคน ให้เห็นความสำคัญของตัวเราเอง ทั้งร่างกาย และจิตใจไปพร้อมๆ กัน ถ้าพัฒนาได้ทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ อันนี้สำคัญมาก เราจะทำอะไรก็สำเร็จได้ง่าย เพราะทุกสิ่งทุกอย่างมาจากใจ

องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ยกว่าทุกสิ่งทุกอย่างเราจะทำอะไรก็ตาม ใจเป็นใหญ่ ใจเป็นหัวหน้า ดีก็ตาม ชั่วก็ตาม มันจะสำเร็จ ออกมาจากใจ สำเร็จหรือล้มเหลว ก็สำเร็จออกมาจากจิตใจ จะล้มเหลวก็ล้มเหลวมาจากใจ เราสังเกตงานที่เราทำก็แล้วกันว่า บางงานเรามั่นใจเราทำด้วยความมั่นใจ มุ่งมั่นมันก็เกิดความสำเร็จใช่ไหม บางงานเราก็ท้อแท้ไป ไหวหรือไม่ไหว เพราะจิตใจมันมีความท้อแท้แล้วนั่นเพราะหากเราไม่เคยได้ฝึกใจของเราให้มี

สมาธิ ไม่มีความตั้งมั่น ไม่เชื่อมั่นในปัญญาของตนเอง จิตยังไม่ได้เกิดปัญญา ทีนี้เราได้ปัญญาเกิดด้วยการฟังก็ได้ บางคนฟังธรรมรู้เรื่องเลย ท่านเรียกว่า เป็นบุคคลที่ได้ดวงตาเห็นธรรมหรือว่ามองเห็นทางสว่าง ทางชีวิตของตนเอง คือรู้ธรรมะที่พูดให้ฟังนี่ ที่พูดๆนี่แหละ คือ เทศน์ คือ บรรยายธรรม คือ เล่าเรื่องของเราให้เขาฟัง เล่าเรื่องเราที่มีอยู่ให้เขาฟัง ให้เราได้นำไปใช้ นำออกมาใช้ ดี ชั่ว มันจะอยู่ในตัวเรามีทั้งหมดเลย ไม่ได้อยู่ที่อื่น อย่างนั้นด้วยความที่เราไม่เข้าใจและไม่เคยฝึกฝนอบรมจิต เราไม่เคยพัฒนาจิตใจ ก็เลยไม่รู้จัก เมื่อไม่รู้จัก ก็ได้บ้าง ไม่ได้บ้าง ดีบ้าง ไม่ดีบ้าง ชีวิตของคนเราจึงเป็นฟันปลา สังเกตดูให้ดีดีนะ นะทุกคนนะ จะเป็นฟันปลา ขึ้นบ้าง ลงบ้าง ขึ้นบ้าง ลงบ้าง ขึ้นบ้าง ลงบ้าง บางคนก็ขึ้นทะลุฟ้า แล้วทะลุลงไปอีก ลงใหญ่โตมโหฬารเลย

เพราะอะไร เพราะไม่มีปัญญาที่จะไปค้ำอยู่ แต่หากว่าเราฝึกฝน อบรมจิตใจของเราดีแล้ว การขึ้นลงนั้นน่ะ มันไม่ค่อยมี ถ้าขึ้นแล้วก็ขึ้นไปเลย ขึ้นไปเรื่อยๆ เรื่อย เรื่อย สูงสุดไปเลย เห็นไหม จะไม่มีตกต่ำไม่อย่างนั้นจะบริหารประเทศชาติบ้านเมือง หรือบริหารหน่วยงานอะไรก็ตาม ถ้าได้คนดีมีคุณธรรมน่ะ ไม่ได้ลงง่ายหรอก เพราะคนทั้งหลาย ต้องการคนดีมีคุณธรรม แต่ถ้าขาดคุณธรรมแล้ว ยากที่จะอยู่ได้ ก็จะถูกขับ ถูกไล่ เป็นสิ่งที่เราจะต้องคิด แต่ว่าปัญญาทุกคนทำได้ ศึกษาได้ วิธีทำก็ง่ายๆ อย่างที่มาทำไปก็เป็นการบริหารร่างกายและจิตใจไปพร้อมๆกัน แต่มันก็ยังมีวิธี เรียกว่าภาวนา

หรือว่า ปฏิบัติธรรม ก็เรียกกันทุกวันนี้ ว่าเป็นปฏิบัติธรรม คำว่า ปฏิบัติธรรมนี้ คือการพัฒนาจิตใจของเราเพื่อให้เกิดปัญญา เพื่อให้เกิดความรอบรู้ เพื่อให้เกิดความฉลาดนั่นเอง อันนี้ เราจะมองข้ามไปหน่อย อยากจะให้ทุกคนทบทวนดู คำพูดที่พูดอยู่นี่ จริงหรือไม่จริง ลองวิเคราะห์ดูก่อน ถ้าเราพัฒนาทางด้านมันสมอง ทั้งด้านเรียน ด้านการศึกษาแล้วเนี่ย มันเป็นการพัฒนาเอาความจำ แต่ว่าเราพัฒนาจิตใจนี้ มันเป็นการเอาความจริง ความจำกับความจริงมันก็ต่างกันอยู่น่ะ ความจริงกับความจำมันต่างกัน ความจริงหมายความว่า ถ้าเราพัฒนาจิตใจของเรา รู้จักฝึกสมาธิ รู้จักฟังเทศน์ ฟังธรรม ถ้าเราเข้าใจธรรมะ ก็จะจบกันไปเลย วิชาพระพุทธศาสนาจบกันไปเลย จากนั้นก็จะเป็นคนเก่าไปเลย แต่ถ้าหากว่า เราไม่สามารถที่จะเข้าใจได้ ไม่สามารถที่จะทำให้ตนเองเกิดปัญญาได้ด้วยการฟัง เราก็ต้องฝึก ต้องอาศัยการฝึก พระสัมมาสัมพุทธเจ้าของเรา ท่านก็บอกไว้ว่า เราบำเพ็ญบารมีมาแสนมหากัปป์ ก็เพื่อจะตรัสรู้ แล้วเพื่อจะไปแสดงให้คนอื่น ได้ตรัสรู้ตาม ให้คนอื่นได้ตรัสรู้ตาม พอเราแสดงธรรม ก็จะมีคนมีปัญญา ก็จะรู้ตามทันที แต่ถ้าคนมีปัญญาน้อยก็จะฝึกสมาธิภาวนาไปก่อน ครั้งแรกเห็นไหม พอพระพุทธองค์มาแสดงธรรม ก็มีปัญจวัคคีย์ อยู่ทั้ง 5 ก็จะปรากฏว่าบรรลุธรรมคนหนึ่ง คือ พระอัญญาโกณฑัญญะ แล้วหลังจากนั้นก็ให้ฝึกสมาธิก่อนแล้วค่อยมาฟังอีกครั้งหนึ่ง แล้วครั้งที่สองนี่ได้บรรลุธรรม ทั้งหมดเลย แต่ถ้าใครอันนี้น่าจะเป็นพระน่ะ

เราอาจจะสงสัยว่านั้นเป็นเรื่องของพระ แต่เรื่องของฆราวาสนี่มันก็เหมือนกันอย่างพระเจ้าพิมพิสาร พร้อมทั้งบริวารเป็น ๑๒ หมื่นคนไปฟังธรรม และมีความเลื่อมใสศรัทธาได้บรรลุธรรมนั้น พระโสดาบัน พระสกิทาคามี พระอนาคามี จนถึงพระอรหันต์ก็มี นั้นคือปัญญาเพราะการฟัง ฆราวาสอย่างเราก็เกิดได้ เราฟังนี้เพื่อที่จะทำให้เราเกิดปัญญา เกิดความรู้ เกิดความฉลาด ปัญญานี่ ความรู้นี่ มันเป็นสิ่งที่เราไม่ได้เอามาจากไหน เราจะค้นคว้าหาที่จิตใจของเรา มันมีอยู่แต่ด้วยความไม่รู้นั้นแหละมันเกิดไม่ได้พอรู้มันก็เกิดขึ้นมาถ้าเราไม่รู้มันก็ยังมืดอยู่ เพราะฉะนั้นเราจึงอาศัยการฟังไปเรื่อยๆ หรือฝึกไปเรื่อยๆ หรืออยากจะทำอยากจะปฏิบัติ มีวิธีปฏิบัติ พระพุทธองค์หลังจากพระองค์ตรัสรู้ใหม่ๆ พระองค์ก็หลีกเร้น บำเพ็ญประโยชน์อยู่ใต้ร่มไทรฝั่งแม่น้ำเนรัญชรา ก็มีความวิตกกังวลว่า การที่จะให้ผู้ประพฤติ ปฏิบัตินั้นได้บรรลุธรรม ได้ล่วงรู้ถึงธรรมได้คุณธรรมอันวิเศษ นั่นมีอยู่คือสติปัฏฐาน ๔ อย่างช้า ๗ ปี อย่างกลาง ๗ เดือน อย่างไวก็ ๗ วัน หรือว่าคนมีจริงๆ นั้น เพียงแต่ฟังธรรม ๗ นาที ก็บรรลุไปแล้วใช่ไหม บรรลุไปแล้ว นี่เพราะสิ่งอันนี้เหล่านี้ที่มาทำให้เราฟังเนี่ยน่ะเมื่อเราได้มีโอกาสฟังเทศน์ฟังธรรมจะได้วิเคราะห์ดูตนเองว่าเราเคยฟังองค์นี้เทศน์ องค์นี้จะเทศน์ องค์นี้เทศน์ เราได้บรรลุธรรมบ้างไหมการบรรลุธรรมคืออย่างไร บางคนกับหลายคนที่ยังไม่เข้าใจว่าคำว่าการบรรลุธรรม หมายความจิตใจของเราเนี่ย มันก็บรรลุอยู่แล้วแหละธรรมแต่มันเป็นการบรรลุธรรมฝ่ายดำ ไม่ใช่ฝ่ายขาว ธรรมฝ่ายดำ

ก็คือความโลภ ความโกรธ ความหลง ความโมโหโทโส ความอิจฉา ความพยาบาท ที่ครอบครองจิตเลย อันนี้บรรลุว่าพอใครเทศน์ก็เข้าใจได้ทันทีว่า พอใครด่าปุ๊บ ก็โกรธปั๊บทันที แล้วเห็นไหม บรรลุธรรมทันทีเลย

การบรรลุธรรมฝ่ายดำมันไม่มีประโยชน์มันมีแต่โทษความโกรธนี้ทำให้ความสุขหรือความทุกข์ เราไม่เคยคิดเลยว่ามันเป็นยังไง แต่จะทำอย่างเดียว พอโกรธขึ้นมา ก็อยากจะด่า อยากจะตบ อยากจะต่อย อยากจะฆ่า อยากจะตี อยากจะทำให้เขาฉิบหาย ความโกรธนั้นเคยได้ประโยชน์อะไร ตนเองก็เจ็บปวด พอความโกรธขึ้นมาจิตใจก็รุ่มร่อน เห็นไหม

ความโกรธเกิดขึ้นมา ใจสั่นระรัว ปากสั่น ปากก้าวร้าว ไม่มีประโยชน์เลย ความโกรธไม่เคยให้ความสุขแก่ผู้ใดเลย แต่ทำไมเราถึงไม่รังเกียจมัน ทำไมเราไม่คิดที่จะหาทางกำจัดมันออกจากจิตใจของเรา ปัญญามันเกิดไม่ได้ ก็เพราะกลัวพวกนี้แหละมันมีอำนาจอยู่ในจิตใจของเรา

การฝึกฝนอบรม การทำสมาธิ หรือการฟังเทศน์ ฟังธรรม ก็เพื่อจะให้เราเข้าใจสิ่งใดมีโทษมีคุณ สิ่งใดมีประโยชน์สิ่งใดไม่มีประโยชน์ สิ่งใดมีสาระ สิ่งใดไร้สาระ จะได้รู้จัก เมื่อรู้จักแล้วก็จะได้ปฏิบัติแต่สิ่งมีประโยชน์ ไม่งมงาย กับสิ่งที่ไร้ประโยชน์ อย่าทำตามความ

โกรธเห็นไหม โกรธเนี่ยเราลองคิดดู คนเราก็เคยโกรธทุกคนผู้มีปัญญาท่านจึงบอกว่า โกรธเขาเราก็รู้ว่ามันร้อน ก็เดินยืนนิ่งนอนมันก็เป็นทุกข์ ไม่สุกใสแล้วก็ยังดื้อด้านโกรธ จะโทษใคร น่าแค้นใจตัวเราชั่งเขลาจริง นี้ผู้มีปัญญาเขาเขียนไว้ก็น่าฟังเหมือนกัน ก็เลยเอามาเล่าสู่กันฟัง มันเขลาจริง ๆ นะ ผู้มีปัญญาเขาจะไม่ให้ความโกรธมาครอบงำจิตใจ ไม่ให้มันมาบงการที่หัวใจของเรา หัวใจของเราก็เหมือนเก้าอี้นั้นแหละ เก้าอี้นายกน่ะ ถ้าใครได้ขึ้นไปบริหาร ถ้าคนดีขึ้นมันก็ไปจะบริหารแต่สิ่งดีๆ มีประโยชน์ทั้งตนเอง และผู้อื่น แต่ถ้าคนไม่ดีขึ้นไปบริหารก็จะเป็นคนโลภ ก็จะโกงบ้านโกงเมือง สารพัดที่จะทำไปนั่นน่ะ คือคนไม่ดีขึ้นไปนั่งบนเก้าอี้นายก ส่งพาเก้าอี้หัวใจของเราบัลลังก์ใจของเราเนี่ยถ้าความโกรธนั้นมานั่งบัลลังก์ก็ใจของเราเมื่อไหร่ มันก็จะสั่งเราพูดชั่ว ทำชั่วไปเรื่อยๆ ถ้าความโลภก็เหมือนกัน ถ้าความโลภขึ้นมานั่งบนบัลลังก์ของเราเมื่อไหร่ มันก็จะฉ้อโกง ให้สารพัด สารเพ ทำผิดศีลธรรม จะลักจะขโมย จะฉ้อโกงทำได้หมด นั่นคือความโลภ ถ้าหากบางคนไปเข้าใจผิดว่า ถ้าไม่โลภจะไม่ได้งาน เราต้องทำความเข้าใจว่าความโลภ ถ้าผิดศีลธรรมจึงจะเป็นความโลภ แต่ถ้าเราทำด้วยความขยันหมั่นเพียร ทำด้วยความบริสุทธิ์มันไม่ใช่ความโลภ มันคือความขยันหมั่นเพียร มันเป็นความมานะความอุตสาหะ ได้จากน้ำพักน้ำแรงของเรา ไม่ได้ฉ้อโกง มันไม่ได้เป็นความโลภนะ ความโลภ ความฉ้อ ความโกง การลักการขโมยน่ะ นี่แหละหัวใจของเรา

ถ้าปล่อยให้อะไรเข้าไปนั่งในบัลลังก์ของเรา แล้วมันก็จะบงการนั่นน่ะ ไอ้ความโกรธเกิดขึ้นมานั่งบนบัลลังก์ใจของเราจะสั่งให้ด่าก็ต้องด่า สั่งให้ฆ่าก็ต้องฆ่า บางทีสามีภรรยาอยู่ด้วยกันมาได้ลูกครึ่งค่อนโหลแล้วโกรธขึ้นมา ฆ่ากันทั้งยังมีลูก เห็นไหม เพราะความโกรธมันสั่งการ มันมีประโยชน์ที่ไหน การที่จะไปรับใช้ความโกรธ ถ้าหากว่าเรารู้จักมองอย่างนี้ก็ไม่สมควรที่จะปล่อยไว้ที่จิตของเรา เราอยู่ในโลกนี้เราแต่งงาน เรามีบ้านมีเรือน เราต้องการความสุข ความสุขนั้นจะเอามาจากอะไร แต่ถ้าหากว่าเรากำจัดความโลภหรือความโกรธออกจากใจของเราได้นั่นแหละ ความสุขก็จะมาแทนที่ นี่แหละคือการศึกษาธรรมะคือการต้องการเอาธรรมะไปไว้ในใจให้ธรรมะไปนั่งในบัลลังก์ใจ เพราะธรรมะที่เป็นผู้รู้ ผู้คิด ผู้เบิกบานในธรรม ทำดีก็รู้ ทำชั่วก็รู้ ทำส่วนที่บาปก็รู้ เป็นบุญก็รู้ เป็นคุณก็รู้เป็นโทษก็รู้ มีประโยชน์ก็รู้ ไม่มีประโยชน์ก็รู้ นี่ถ้าธรรมะขึ้นมานั่งบนบัลลังก์ของเรา เราจะทำอะไรลงไป ถ้าผิดมันจะบอกเรา ท่านจึงบอกว่าธรรมะย่อมคุ้มครองผู้ที่ประพฤติธรรม ถ้าเราประพฤติธรรมแล้ว ประพฤติถูกต้องตามธรรมแล้ว ธรรมก็จะกระซับในใจว่าอันนี้ผิดศีล ผิดธรรม นั้นจะเดือดร้อนทั้งตนเองและผู้อื่น อย่าทำนะมันจะบอกอย่างนี้ แต่ถ้าเราไม่มีธรรมมะความโลภขึ้นมาครอบงำ ต้องโกง ต้องสารพัด สิ่งเหล่านี้มีอยู่ที่เราทุก ๆ คน เหตุนั้นเราทุกคนที่มีโอกาส ถือว่าเป็นผู้โชคดี เกิดมาพบพระพุทธศาสนา มาพบกับคำสอนก็ยังไม่สายเกินไป ถ้าเราต้องการกำจัดสิ่งเหล่านั้น ถ้าสิ่งเหล่านั้นไม่มีในหัวใจ มันจะเป็นอย่างไร

เราลองคิดดู เราจะมีความสุขไหม มันน่าศึกษา ถ้าธรรมมะน่าศึกษาถ้าฟังแล้วศึกษาเป็นวิธีการ ก็ฟังแล้วเข้าใจในสมัยพระพุทธกาล พระพุทธเจ้าก็พูดให้ฟังอย่างเนี่ย คนที่มีปัญญาก็รังเกียจความโกรธอย่างเช่น ความโกรธเนี่ยจะรังเกียจทันทีเลย จะไม่ทำตาม จะมีขันติ มีความอดทน ไม่ส่งเสริมความโกรธ เห็นไหม ไม่ส่งเสริมความโกรธ เมื่อเราไม่ส่งเสริมความโกรธก็จะดับลงไป มันเกิดขึ้นมา มันก็จะดับลงไป นอกจากเราไปส่งเสริมความโกรธขึ้นมา แล้วไปด่า ไปทุบ ไปตี ต่อยอะไรที่ส่งเสริมมันไป มันจะบานปลายขึ้นไปเรื่อยๆ มันไม่มีประโยชน์อะไรเลย คือทำในสิ่งที่ไร้สาระ ท่านจึงเรียกอารมณ์นี้ว่า เห็นกงจักรเป็นดอกบัว เห็นความชั่วเป็นความดี ส่งเสริมความชั่วโดยที่เราไม่รู้ตัว อันนี้แหละ เราควรพิจารณาดูให้ดี เรามีโอกาสได้ยินได้ฟังธรรม แต่ถ้าหากว่าเราเข้าใจแต่ว่า แต่ละองค์ แต่ละรูป ก็จะพูดแตกต่างกันอยู่ที่จริตของเราว่าจะไปเข้าใจในรูปแบบอย่างไหน จากองค์ใดที่แสดงให้เราฟัง แต่ถ้าไม่เข้าใจก็ต้องฝึกสมาธิ ทีนี้เรื่องของการฝึกสมาธินี่ เป็นหน้าที่ของเรามันเป็นเรื่องง่ายๆ เป็นสิ่งที่ทำได้ง่ายๆ ก็คือทำบุญนั่นแหละ ทำสมาธิก็คือบุญนั่นแหละ บุญจากการทำทาน  นั่นที่ท่านเรียกว่า 'ทานมัย' สำเร็จจากการบริจาคทาน "ศีลมัย" สำเร็จจากการศึกษาศีล สมาทานศีล "ภาวนามัย" บุญสำเร็จจากการภาวนา การภาวนามันเป็นเรื่องง่ายๆ ได้บุญเยอะ ทำได้เยอะ มันต่างกับทำทาน มากเลย บางทีนานๆบางคนก็วันเกิดถึงจะทำบุญ วันเกิดถึงได้ทำบุญปีนึงนะ ๓๖๕ วัน นะ ทำได้ทำแค่ครั้งเดียว ปล่อยทำ ๓๖๔ วัน แล้วเอาบุญวัน

เดียวมันคุ้มหรือเปล่า เราลองคิดดูสิ แต่บางคนขยันหน่อย ทำบุญวันเกิด เช่นว่าเกิดวันอาทิตย์ ทำบุญวันอาทิตย์ ก็เจ็ดวันได้ครั้ง เจ็ดวันก็ได้ครั้งหนึ่ง ถือว่าได้มากอยู่ แต่คนขยัน ใส่บาตรทุกวัน ก็วันละครั้ง ใส่ทุกวัน ก็ได้วันละครั้ง แต่เราไม่เคยมองจากการให้ทานไปไปหาการถือศีล ไปมองการภาวนา การภาวนาเนี่ยไม่ต้องเสียอะไรเลย ไม่ต้องเสียอะไรเลยแม้แต่บาทเดียว สลึงเดียวก็ไม่ต้องเสีย ทำได้ง่ายด้วยได้บุญเยอะที่สุด คือการภาวนา ภาวนา หมายความว่า คำว่า ภาวนาเนี่ยทุกคนกลัวว่าจะไปนั่งสมาธิ นั่งหลับตา นั่งไม่ไหว ปวดแข้ง ปวดขา ปวดหลัง ปวดเอว อ้างสารพัดที่จะอ้างไป จริงๆแล้วคำว่าภาวนา ขอให้ทุกคนได้ทำความเข้าใจดี หมายความว่า เอาคำใดคำหนึ่ง ไปบริกรรมหรือไม่อยากบริกรรม ก็เอาลมของเรานี่นี่คือภาวนา อานาปานสติภาวนา คือลมหายใจเข้า ลมหายใจออก ลมไหลเข้าก็รู้ ลมไหลออกก็รู้ พระพุทธเจ้าของเราตรัสรู้ก็เพราะดูลมหายใจ ดูลมเข้าและลมออก และก็เอามาสอนพวกเราไง ลมนี่เรามีอยู่เห็นไหมเราก็ใช้อยู่ทุกวัน ไม่ใช่ว่าเราไม่ใช่น่ะลมนี่ เราใช้ไม่หยุดไม่หย่อนเลย ใช้ทั้งกลางคืน ใช้ทั้งกลางวัน นั่งก็ใช้นั่นคือ ลมหายใจ นอนก็หายใจ ยืนก็หายใจ เดินก็หายใจ หลับก็ยังหายใจอยู่ แต่หลับแล้วคือตายไม่ยอมหายใจเหมือนกันนะ ถ้าหลับแบบตายก็ไม่ยอมหายใจเหมือนกันนะ แต่ที่นี่เราลองมาคิดดูสิว่า การหายใจของเรานั่นเห็นไหม มันหล่อเลี้ยงร่างกายของเราได้ หล่อเลี้ยงร่างกายของเราให้อยู่รอด แต่พระพุทธเจ้าบอกว่าเราเป็นมนุษย์ ก็อาศัยลมหล่อเลี้ยงแล้วยังไม่พอ เรายังมีร่างกายของเราอยู่แล้ว เราต้องไปหล่อเลี้ยง

จิตใจของเราอีก ท่านบอกว่าเราต้องไปหล่อเลี้ยงหัวใจของเราอีก โดยอาศัยลมอันเดิมนี่แหละเพียงแต่ว่าให้เรากำหนด ดูลมเข้าหายใจเข้าและลมหายใจออก บางคนดูไม่เป็น สังเกตไม่เป็น คือให้ลมหายใจ ลมหายใจเข้า ลมหายใจออก ไม่ค่อยเข้าใจ เมื่อเข้าใจ เมื่อเข้าใจดีก็เอาคำใด คำหนึ่งมาบริกรรม เช่นว่า เราจะเอา พุทธานุสติ คือ เอาพุทโธพุทโธ มาบริกรรม มาควบคู่กับลม หรือพูดง่ายๆ ลมหายใจของเราเนี่ยหายใจอยู่ตลอดเวลาเนี่ย มันยังไม่ได้ตั้งชื่อเลย มาตั้งชื่อให้มันใหม่ซะมันจะได้บุญ หายใจเข้า ลมหายใจที่ไหลเข้า ชื่อว่าพุท ลมหายใจออกชื่อว่าโธ เอาอย่างนี้ก็แล้วกัน เหมือนเราเกิดขึ้นมามันยังไม่มีชื่อหรอกต้องมาตั้งชื่อใหม่ จะชื่ออะไรก็ตาม เกิดขึ้นมาและไม่มีชื่อหรอก ลมเราก็ยังไม่มีชื่อ เราก็มาตั้งชื่อให้มันใหม่ซะ ลมเข้า ชื่อว่าพุท ลมออกชื่อ โธ แต่ถ้าเรียกมันก็จะเป็นบุญทันทีเลย เห็นไหม เป็นบุญ บุญเนี่ย เป็นของจิตใจ ทำให้จิตใจเป็นสุขนะ พุทโธ ๒ คำเนี่ย สังเกตดูให้ดีๆ มันเป็นบุญได้อย่างไร ถ้าเราไม่สังเกต ถ้าเราไม่วิเคราะห์ก็จะไม่รู้เรื่องเลยว่าพุทโธจะเป็นบุญ เป็นกุศล ได้มากมายขนาดไหน อย่างไร ทั้งๆ ที่เราอยู่นครนายก หลวงปู่มั่น ภูริทัตโต ก็มาบรรลุธรรมอยู่ที่นครนายกมาโปรดชาวโลกทั้งหญิงทั้งชาย ทั้งนักบวชและไม่ใช่นักบวช ได้บรรลุธรรมเป็นอันมาก พวกเราก็ลูกหลานของนครนายกหนา เหมือนกันทำไมเราจะรู้อะไรไม่ได้ หลวงพ่อก็เลยมีโอกาสมาอยู่นครนายก เลยตั้งชื่อว่า มรดกธรรม วังมรดกธรรม ที่นครนายก อยู่บ้านวังรี อยู่ที่ตำบลเขาพระ อำเภอเมือง จังหวัดนครนายก ห่างจากตัวเมืองประมาณ ๑๔

กิโลเมตรถ้าใครสนใจอยากที่จะไป ปฏิบัติธรรม โดยเฉพาะวันที่ ๑๘ เป็นวันมาฆบูชา เป็นวันที่พระพุทธเจ้า พระอรหันต์ ๑,๒๕๐ รูป มาประชุมพร้อมกัน เอาธรรมะไปแจกจ่ายกัน เอาไปบอกญาติโยม ให้เขาได้รู้จัก รู้ธรรม ได้หัวใจธรรมะให้เป็นบุคคล ผู้มีปัญญาก็ได้เป็น ผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบานในธรรมขึ้นมา เห็นไหม นั่นคือหัวใจของ พระพุทธศาสนา โดยเฉพาะวันมาฆบูชาที่จะถึงนี้ ถ้าใครสนใจก็ไปที่ วังมรดกธรรม พอดีหลวงพ่อก็นัดทางกรุงเทพ เขาก็จะมาแต่ถ้าว่าใคร จะไปเพราะตรงนั้นยังไม่มีอะไรเลย เตรียมเต้นท์ เตรียมรถไปก็แล้วกัน ก็ตามมี ตามได้นั่นแหละ แต่ว่านอนก็นอนตามเต้นท์ ตามรถของตนเอง ถ้าอยากจะฝึกน่ะ ที่ฝึกเนี่ยมันเป็นเป็นประโยชน์สำหรับตัวเราได้ตรง ที่แท้จริงเรียกว่าการภาวนาถ้าเราฟังธรรมไม่เข้าใจก็ต้องอาศัยหลัก ภาวนา ภาวนาก็อาศัยคำว่า ดูลมเข้า ลมออกเนี่ย นี่คือ การพัฒนาทาง กายไปด้วยพัฒนาทางใจไปด้วย เราเคยเข้าใจไหมละ เมื่อเรารักษาคน ป่วยเราสอดแทรกเข้าไปก็ได้ ให้เขาพัฒนาจิตของเขาบ้าง พัฒนาทาง กายเขาบ้าง ให้เขาบริกรรม ให้ดูลมหายใจเข้า ลมหายใจออก หรือว่า ให้เขาพุทโธ ก็ยังได้เลยถ้าหายใจเข้า พุท หายใจออก โธ แบบนี้ นึกถึง พุทธคุณเอาไว้ หายใจเข้าก็นึกถึง พุท หายใจออกก็นึก โธ ไว้อย่าง นี้ก็จะเกิดกำลังใจขึ้นมา คนไข้ถ้าได้กำลังใจขึ้นมา หายเร็ว บางคนไม่ ต้องฉีดยาก็หายนะ มีคนหนึ่งไปหาหลวงพ่อชื่อ สำราญ คนนี้เป็นมะเร็ง เป็นมะเร็งหมอบอกว่าขั้นโคม่าแล้วล่ะ เหลืออยู่แค่ ๗ วัน และไม่เกิน ๑๕ วัน อยู่ได้ไม่เกิน ๑๕ วัน เขาก็ไปหา เขาถามหลวงพ่อว่า ๗ วัน จะ

ทำบุญอะไรได้บุญเยอะที่สุด โยมอยากรู้ เพราะว่าไหนๆ มันก็จะตายแล้ว ขอให้หลวงพ่อบอกหน่อยเถอะว่า ทำบุญแบบไหนได้บุญเยอะที่สุด หลวงพ่อบอกว่าให้มาถือศีล ๘ แล้วก็ปฏิบัติธรรมซะได้บุญเยอะที่สุด ภายใน ๗ วันให้ตั้งใจทำซะ ตั้งใจทำจริงๆ จังๆ เขาบอกว่าภายใน ๗ วัน ถ้ายังอยู่ต่อไม่เกิน ๑๕ วัน เขาก็มาตั้งใจทำนะ คือไม่เสียกะตังค์ แค่มาถือศีล ๘ หัวก็ไม่ได้โกน มาถือศีล ๘ นุ่งขาว ห่มขาว ปฏิบัติธรรมแต่ให้ใส่ใจปฏิบัติจริงๆ จังๆ ผลปรากฏว่ามะเร็งมันหายไปได้อย่างไรก็ไม่รู้ หายจริงๆ พอไปหาหมอก็ไม่มีแล้ว แล้วเทศน์เก่งยิ่งกว่าหลวงพ่อไปเทศน์โปรดเอาสามีที่เป็นนายทหารเรือ เอามาบวชด้วย ลูกชายทั้ง ๒ คนเป็นนายทหารเรือ ไปเทศน์โปรดมาบวชทั้งครอบครัวเลย นี่คือผลจากการบรรลุธรรมถ้าจะถามว่า ภาวนาอะไรแก้โรคมะเร็งได้หรือไม่ถ้าตอบว่าคนนี้ได้แน่นอน คนอื่นก็ได้ถ้าใส่ใจตั้งใจเหมือนเขา ถ้าตั้งใจเหมือนเขาเนี่ย ก็มีสิทธิ์เหมือนกัน นอกจากว่าทำบ้าง ไม่ทำบ้าง เชื่อบ้าง ไม่เชื่อบ้าง อันนี้ถ้าเราเชื่อจริงๆ นั้น มันเป็นไปไม่ได้ อันนี้เป็นเรื่องช่วยร่างกาย ภาวนามันยังช่วยร่างกายเราได้ ทีนี้จะชี้ให้เห็นว่า การมาบริกรรมพุทโธ พุทโธ ภาวนามันก็แค่ ๒ คำ เนี่ยคำพูด พุทโธ ก็แค่คำเท่านั้นเอง แต่ถ้าคำ ๒ เราต้องรู้สึกว่า คำที่เป็นบุญก็มี คำที่เป็นบาปก็มีใช่ไหม คำที่เป็นบุญถ้าเราเอามาคิดให้มันเป็นบุญมันก็เป็นบุญ หายใจเข้าก็เป็นบุญ หายใจออกก็เป็นบุญ คำที่เป็นบาป เราเอาไปคิดหายใจเข้าก็เป็นบาป หายใจออกก็เป็นบาป เช่น คำเขาด่า คำเขาด่านี้แหละเป็นบาป เพราะมันผิดศีลข้อ ๔ มันเป็นบาป เพราะมันเป็นบาปนี้แหละ

ถ้าด่ากัน ด่ากันซัก ๒ คำ จะด่ามันก็เป็นบาป "ห่า" เขาด่าว่าอะไร ถึงมันจะเครียดมันก็เป็นบาป ถึงจะโกรธมาก แต่ส่วนมากที่ได้ยินได้ฟังลองถามๆ เขาดูว่า "อีดอก" เครียดมากๆ ถ้าเขาด่าอะไร ก็ดีใจด้วยซ้ำหรือบางคนก็บอกว่า 'เย็ดพ่อ' 'เย็ดแม่' พ่อเย็ดกับหมา แม่เย็ดกับหมาว่าอย่าโกรธ พอด่าปุ๊บ เราก็โกรธปั๊บ คำด่านี้เป็นบาป เป็นตัวบาป ไอ้โกรธ ความทุกข์ใจ นี่แหละเป็นตัวบาป เราทำความรู้จักกับตัวบุญตัวบาปก่อน เราถ้าไม่รู้จักตัวบุญตัวบาปแล้ว ไม่รู้จะไปแก้ไขอะไรอย่างไงบุญก็คือความสุขใจ ทำแล้วสุขใจ ทำแล้วสบายใจ ทำแล้วเย็นใจ นี่คือบุญ แต่ บาปมันคือทุกข์ใจ มันคือความคับแค้นใจ ตัวเจ็บใจ ตัวร้อนใจตัวคับแค้นใจ นั่นคือ ตัวบาป เห็นไหมมันอยู่ที่ใจ ของคนทั้งหมดเลย ถ้าใครไม่ถือเอาคำด่าเป็นอย่างไง ถือคำว่ามันสุขใจ หรือทุกข์ใจ ผู้ปฏิบัติตอบ ทุกข์ใจ หลวงพ่อบอก ว่า "เออถูก" ถือเอาพุทโธหละ สุขใจ นั่นแหละเราก็มีปัญญาอยู่นี่ มองเห็นอยู่นี่ แล้วกลับไปถือคำด่าอีกหรือเปล่า ผู้ปฏิบัติธรรม "ไม่" นี่แหละ พระพุทธเจ้าสอนไว้ว่าเลิกยึดคำด่าเลย ด่าก็ช่างหัวมัน ปากมันมีมันก็ด่ามันแต่ท่านก็ให้แค่เนี่ย เราก็จะไปเชื่อได้ยังไง ป้องกันได้ เชื่อไม่เชื่อบ้าง ถ้าไม่เชื่อก็ไม่รู้จะว่ายังไงก็ท่านให้แค่ ๒ คำ แค่ พุทโธ แค่พุทโธ ๒ คำ ก็เลยออกไปหลังจากออกไปแล้วทีนี้ออกไปเนี่ย สิ่งหนึ่งที่ดลใจคือท่านบอกว่าการปฏิบัติธรรมเนี่ยการใช้หลักปฏิบัติ ๗ วันก็บรรลุธรรมได้ ท่านบอกว่า ๗ วัน เราก็เลยคิดว่าบวชเข้ามาเนี่ย ถามผู้บวชเท่านั้น หรือ ที่จะปฏิบัติ ๗ วันรู้ธรรมได้ ท่านบอกว่าบวช หรือไม่บวชก็ได้ ถ้าตั้งใจศึกษา

และปฏิบัติจริงๆ ได้เหมือนกัน แล้วอย่างคนที่ชอบบวชเป็นแม่ชี แม่ชีสำราญที่เป็นมะเร็งนะ ก็เหมือนกัน ตอนแรกเขาก็ไม่ได้บวชหรอก ภายหลังเขาถึงบวช พอเขาบรรลุธรรมเขาก็บวช บวชแล้วก็เทศน์สอนเก่ง ไปบรรยายที่ไหนคนก็ชอบฟังด้วย ทีนี้หลวงพ่อก็เอามาท่านก็ไปทดลองดู ๗ วันนี้แหละ หลวงพ่อว่า ๗ วันเนี่ยเป็นแรงบันดาลใจของหลวงพ่อมากเลยว่าเราไม่ต้องเสียเวลาไปอีกยาวนาน ดีกว่ามานั่งทุกข์ นอนทุกข์ อ๊อ ทุกข์เพราะความรัก เพราะความโกรธ ทุกข์เพราะความรักผิดหวังสารพัดทุกข์ ทุกเพราะคิดถึงคนนั้น ทุกข์เพราะคิดถึงคนนี้ทุกข์เพราะเรื่องแก่ เรื่องเจ็บ เรื่อง โอ๊ย สารพัดอย่างทรมานถ้ามองหาความทุกข์เยอะแยะที่ว่า มันทุกข์เหลือเกิน อยากจะหนีความทุกข์ ว่าธรรมะเนี่ยมันแก้ทุกข์ได้จริงหรือภายใน ๗ วัน จริงหรือภายใน ๗ วันเลยเอาไปทดสอบดูถือว่า ๗ วันนี่คือแรงบันดาลใจที่อยากให้ทำแล้วก็เคยอ่านประวัติครูบาอาจารย์ที่ว่าหรืออุบาสก อุบาสิกา บางคนไปปฏิบัติ อธิษฐานจิตแล้วทำจริง ทำจัง ๗ วัน ได้บรรลุธรรม ก็ยังมีอยู่ยังไม่ใช่นักบวชยังบรรลุธรรมยังมีเลยยังได้ปัญญายังได้ดวงตาธรรมเราบวชเข้ามาเราจะเสียเวลาทำไม ก็เลยลองดู ตอนนี้พอเอาเข้าจริงๆน่ะ เล่าประสบการณ์ให้ฟังนิดนึงว่าตอนหนึ่งหลวงพ่อไปเจองูจงอางงูจงอางเดินไปตามทาง จงอางมันชูหัวขึ้นมา ไปใกล้แล้วนะคิดว่าแตกแล้วหัวกูว่า แตกแน่ๆปีกลงมาตายแน่ๆ ผมก็ไม่มี หัวโล้นๆ กูต๊ายตายนึกอย่างนั้น ก็นึกถึงปู่ หลวงปู่ ช่วยผมด้วย เจองูจงอางแล้ว ช่วยผมด้วย พอนึกขึ้นอย่างนี้ มันจ้องดูเราอยู่ เราก็จ้องมัน มันก็จ้องเรา

ทำยังไงมันก็ไม่ทำ ก็เลยนึกขึ้นมาว่า เราหลับตาดีกว่าโว้ย ถ้ามันฉกมาถ้าจะเห็น มันจะเอ๋อตายเสียก่อน ไม่อยากจะเห็นมัน หลับก็หลับ ให้มันโป๊กให้มันตายซะ อย่าให้มันเห็นเหอะ ก็เลยหลับตา นึกถึง พุทโธ พุทโธ หายใจเข้าพุท หายใจออกโธ พอนึกถึงหลวงปู่ ก็นึกถึงคำสอนท่านว่า "พุทโธ" ช่วยได้ทุกอย่าง สัตว์ร้ายก็ช่วยได้ ท่านบอกว่าก็หลับตาไว้ ก็พุท ก็โธ พุทโธ ไปเรื่อยๆ เอ๊ะนานแล้วไม่โป๊กซะทีวะ ก็เลยลืมตาขึ้นดู แต่ลืมก็ไม่กล้าลืมออกแล้วนะ ค่อยๆ พรือขึ้น กลัวมันจะมองเห็น ค่อยๆ ลืมตาขึ้นก็ยังเห็นมันจ้องตาอยู่ ก็ไม่กล้าหลับลงอีกแล้วยังพรือตาลง มันค่อยๆ หงกหัวลง แล้วเลื้อยผ่านทางที่เราจะไป เห็นไหม ไม่ได้ไล่ออก โยมเอ๋ย ไม่ตาย สบายแล้วเราไม่ตายแล้วนี่แหละพุทโธช่วยได้จริงหรือไม่ กันสัตว์ดุร้ายได้อย่างหลวงปู่เทสก์ ได้หรือไม่ ขอให้เรานึกเหอะถ้าเราไม่เคยนึกเลยเราจะรู้ผลอะไร เหมือนเราเอามานึกที่หลวงพ่อแนะนำให้เราท่องพุทโธ ถ้าเราไม่เอาไปนึกมันก็จบอยู่นี่แหละตั้งอยู่เนี่ยแหละ มันจะไปเกิดประโยชน์อะไร เวลาเขาด่าเราซิ เอาไปนั่งคิด นอนคิด ฝันก็คิด นอนก็คิด นั่งคิดก็เป็นทุกข์ ยืนคิดก็เป็นทุกข์ เดินคิดก็เป็นทุกข์ นอนคิดก็เป็นทุกข์ โอ๊ย สมน้ำหน้า อยากโง่นักใช่ไหม จริงๆ เป็นอย่างนั้น เราไม่เคยคิดอะไรเลยเพราะเราเอาคำด่าไปคิดมันก็ให้ทุกข์แก่เรา มันจะทุกข์หรือเปล่าก็ไม่ทุกข์ ทุกคนต้องนำไปถ้าทุกข์คนฟังไม่เข้าใจ ก็นำไปใช้ซะมันจะได้เป็นประโยชน์แก่เรา จะได้มีปัญญา จะได้เกิดขึ้นในทางปัญญาของเรา นี่คือการพัฒนาจิตใจของเรา พัฒนาปัญญาของเรา สร้างพลังจิตใจของเรา สร้างภูมิคุ้มกันทางจิตใจของเรา เหมือนเราให้

อาหารคนป่วยนั่นแหละ ถ้าอาหารที่ให้เกิดพลังร่างกาย ก็จะมีภูมิต้านทานต่อโรคต่างๆ จิตใจของเราถ้าเอาพุทโธเนี่ยเป็นอาหาร เป็นทั้งยาเป็นทั้งอาหารพระพุทธเจ้าบอกว่า เราตถาคตเป็นทั้งหมอยาทั้งพ่อครัว พ่อครัวก็คือปรุงอาหารใจ คือธรรมเทศนาต่างๆเป็นตู้เป็นกุญแจเปิดปัญญาให้เราเนี่ย มาดูแลใจ รักษาใจ แล้วก็ปลดปล่อยใจให้เป็นอิสระ จากความโลภ ความโกรธ ความหลงสบายไหมล่ะ นี่แหละคือธรรมะ เอาพุทโธก็แล้วกัน ยังไงวันนี้ก็ฝากพุทโธไว้ถ้าใครอยากไปอีสานต่อก็คือไปที่รั้วมรดกธรรม บ้านวังรีทำไมถึงตั้งชื่อว่า “วังมรดกธรรม” มันบ้านวังรี ก็เลยเอาชื่อบ้านใส่หน่อยว่า “วังรี” เอาออกซะเลย มันติดกับเขาใหญ่เป็นมรดกโลกติดกับอุทยานมรดกโลก ติดกับอุทยานมรดกโลก ก็เอามรดกมาไว้กับวังซะเป็นสถานที่ฝึกอบรมธรรมะ เป็นที่พัฒนาจิตใจของมวลชนคือ เอาธรรมมะ เป็นแหล่งเผยแพร่ธรรมมะก็เลยตั้งชื่อว่า “วังมรดกธรรม” แท้จริงแล้วหลวงพ่อเขียนหนังสือจบแล้ววังมรดกธรรมพึ่งสร้างหลวงพ่อ เอาไปพิสูจน์ 7 วันจบแล้วแรงบันดาลใจน่ะ แต่ว่าเขียนออกมาแล้วน่ะ 7 วันแรงบันดาลในวันนี้ให้แจกอ่านอยู่เผื่อใครอยากจะได้อ่านแรงบันดาลใจหรือว่าอยากทำหรือมีปัญญาอ่านแล้วจะได้รู้เรื่องเลย ไม่ต้องไปฝึกฝนให้เหนื่อยให้มันลำบาก อ่านแล้วให้ทำตาม เข้าใจดีๆ ก็จะเข้าใจไปเลยหลวงพ่อทำแทนแล้วมาอ่านเอาเองแล้วกัน ดูเอาแล้วกันความคิดของเราไม่แตกต่างกันหรอก คิดเหมือนกันนี่แหละ เวลารักก็รัก

เหมือนกัน เวลาโกรธก็โกรธอย่างเดียวกันเวลาแก้ก็แก้แบบเดียวกัน ไม่ได้แตกต่างกันหรอกนะนี่แหละ ๗ วันแรงบันดาลใจ วันนี้ความเข้าใจครอบอยู่แต่คำภาวนานี่แหละ คือพระพุทธเจ้า จำคำนี้ไว้ดีๆ ว่าพระพุทธเจ้าบอกว่าให้ภาวนาได้ทั้งยืนเดิน ทั้งนอน ทั้ง ๔ ฝันก็ภาวนาได้ เดินก็ภาวนาได้ นั่งก็ภาวนาได้ นอนก็ภาวนาได้ แต่ก่อนก็สงสัยว่า เอ เดิน นั่ง ยืน นอน ภาวนามัน มันหมายความว่ายังไง คำว่าภาวนาแปลว่าเอาคำใดคำหนึ่งไปคิด ไปยืนคิด เดินคิด นอนคิด เช่นเขาด่าเงี้ย เขาด่าแล้วก็เอาไปยืนคิด เดินคิด นอนคิด นั่นคือเอาคำด่าไปภาวนา แต่เราเอาคำที่ไร้สาระไปภาวนาเอาคำที่เผ็ดร้อนไปภาวนาจิตใจของเราก็ร้อนตาม ทะเลาะกันเป็นปี ๆ แล้ว เอ วันนี้มานึกถึงก็ยังร้อนอยู่เหมือนเดิม ให้มองเห็นว่าคำด่านี้เป็นคำเลวร้ายจริงๆ พระพุทธเจ้าบอกว่าคำด่านี้ถ้าเราเอาไปภาวนานี้ พระพุทธเจ้าบอกว่านั่นคือเอามารร้ายอยู่ที่ใจบาปไปทำลายความสุขของตนเองท่านว่าอย่างนี้ใช่หรือไม่ใช่ลองไปภาวนาดูนะ ถ้าเอาไปคิดแล้วเป็นทุกข์เดือดร้อน เอาไปทำลายความสุขของตนเอง จริงหรือไม่ แต่ถ้าใครเอาพุทโธไปคิด นี่แหละเราภาวนาเป็นอยู่ ภาวนาเป็นทุกคน สามารถเอาคำด่าไปยืนคิด เดินคิด นั่งคิด นอนคิด บางคนคิดแม่งมันทั้งคืน นอนไม่หลับพลิกหน้า พลิกหลัง ไก่ขัน เอกอี๊เอกเอ้ก นอนๆหลับตาไก่มันว่า ไก่มันคิด คิดจนนอนไม่หลับ กลุ้มใจ แต่ถ้าใครเอาพุทโธไปคิดเดี๋ยวก็หลับ ขนาดฟังอยู่อย่างนี้ บางทีก็หลับเลยนะขนาดพูดอย่างนี้ก็มาสวัสดีค่ะใส่หลวงพ่ออยู่นะบางคนน่ะไม่ได้กล่อมนอน เนี่ยหล่ะยังไงก็

ขอฝากเอาไว้ ขอให้ทุกคนถือเอาไปใช้เอาปฏิบัติเถอะ หลวงพ่อก็ถือจากหลวงปู่เทสก์มาที่ได้พูดให้พวกเราฟังเนี่ย เห็นว่ามันมีประโยชน์มหาศาล เมื่อเราเอาไปทำจริงจะเห็นคุณค่าเนี่ย จึงชี้ให้เห็นคำว่า "พุทโธ" กับคำด่าที่เห็นว่าทำให้เรามีโทษ คำที่มีคุณ คำที่มีประโยชน์ คำที่ไร้ประโยชน์ ไร้สาระ คำที่ให้ความทุกข์พุทโธคำที่ให้ความสุขให้ปัญญาให้แสงสว่างทางชีวิตของเราเนี่ย คำว่า ภาวนาแต่ถ้ายังสงสัยหลวงพ่อได้ภาวนาแล้วก็คิดว่าเวลาพูดพูดอย่างนี้ พูดให้คนฟัง พูดแล้วก็พูดไป พูดแล้วก็แล้วไป มันไม่เหลืออะไรอยู่ คนไม่ชอบถือเอาจริงๆ นะ เขาด่าก็แค่ ๒ คำ ทำไมคนมันชอบจำเขาด่า "อีห่า" อย่างนี้ ก็โกรธก็ถือเขา เอ๊ ทำไมถึงจะถือเอาพุทโธหนอ หลวงพ่อเลยคิดได้ อ๋อคำด่าเนี่ย ใช้คำกระแทก มันกระแทกเข้าไป อีห่า มันกระแทกเข้าไปในหัวใจเลยมันคาอยู่ในหัวใจ บัดนี้ กูจะไปเทศน์คำว่าพุทโธ กระแทกเข้าไปเหมือนกันหล่ะวะพุทโธจะได้เข้าไปแทนที่มัน เอาพุทโธกระแทกเข้าไปมันจะได้ไปคิด มันจะได้ความสุขบ้าง ถ้าจะไปบอกว่าพุทโธหายใจเข้าพุทนะ หายใจออกโธนะ จ้างมันก็ไม่เอาไป ลืมแล้วเอาทิ้งไว้ตรงนี้ มันเป็นเสียอย่างนี้แหละ อันนี้ก็คิดเล่นๆ อยู่คนเดียวนะ เวลาภาวนาน่ะคิดแต่ว่าพอคิด แล้วก็ขำอยู่คนเดียว แล้วก็ลองเอามาใช้บ้าง เร็วๆ จะเอาไม่เอาก็แล้วแต่เอาหรือไม่เอาก็แล้วแต่นะหลวงพ่อเห็นว่า คำด่าเขาใช้คำกระแทกมันก็น่าจะเข้าเหมือนกัน คิดว่าอย่างนี้ มันจะเข้าไปอยู่ในใจเหมือนกันนะ ถ้าไม่เข้าไปวังมรดกธรรม เดี๋ยวกระแทกใหม่ วันที่ ๑๘ มาฆบูชานะ หลวงพ่อเลยเขียนหนังสือออกมาไปทวนดู ไปเปิดดู

ในพระไตรปิฎก เล่มที่ ๑๒ หน้าที่ ๗๙ ที่การเจริญสติปฐาน ๔ ภายใน ๗ วันเนี่ย ก็เลยไปถอดออกมา หลวงพ่อก็ทั้งไปเทศน์ ว่างก็เขียน เขียนอยู่ ๔ ปี ก็จบ ๔ ปีนะ พอจบแล้ว เอาออกมาอ่านดู ถ้ามีภาพประกอบก็น่าจะดีจะได้เห็นภาพบ้างถ้ามีแต่ตัวหนังสือบางคน ก็อาจจะนึกไม่ออก หลวงพ่อเขียนมรดกธรรม มรดกธรรมพระตถาคต ที่เขียนว่ามรดกธรรม พระตถาคต ก็เอามาจากพระสูตรอีกเล่มหนึ่งคือ ท่านบอกว่าดูก่อนภิกษุ ภิกษุณี อุบาสก อุบาสิกาทั้งหลาย ถ้าเป็น พระพุทธองค์นั่งอยู่ต่อหน้าพวกเราก็ควรดูก่อนพยาบาลทั้งหลาย เธอทั้งหลายควรรับมรดกธรรม จากตถาคตเถิด... นั่นคือเป็นคำของ พระพุทธเจ้านะ เลยเขียนว่าหนังสือเล่มนี้ชื่อว่า มรดกธรรม พระตถาคต พอดีเขียนหนังสือ พอพิมพ์งานหนังสือเสร็จออกมา พอดีมาได้ที่ตรงนี้พอดีที่อยู่ที่วังรีนี้เลย เป็นมรดกธรรมให้มันเข้ากับ หนังสือเล่มนี้พอดี พอดีไปเทศน์อยู่ที่กรุงเทพ ก็มีคนหนึ่งอาสาเขียน ภาพ หลวงพ่อจะเอาภาพอะไรไปประกอบ จะเอาภาพผู้ชายหรือว่า ผู้หญิง หรือว่าจะเอา รูปพระ รูปเณร หลวงพ่อก็เลยว่าหลวงพ่อจะเอา ภาพอิคคิวซังเณรน้อยเจ้าปัญญา หลวงพ่ออยากให้อิคคิวซังสอนธรรม ในยุคนี้ เพราะอิคคิวซังคนรู้จักมากนั่นหนาเขาก็เลยเขียนภาพอิคคิวซัง ยืน เดิน นั่ง นอน วิธียืนภาวนาอย่างที่เราทำไปเมื่อตะกี้ อิคคิวซังสอนนะอยู่ในเล่มนี้ มีสอนอิคคิวซังพาทำสอนอยู่ อิคคิวซัง ตัวตะลิ๊คปี๊คนะ เลยทำให้ชื่อมันเข้ากับที่ๆเราได้ไหมเนี่ย สร้างใหม่ขึ้นมา ก็คิดว่าคือว่าเราคิดในความรู้สึกของเรานะ หลวงปู่มั่นท่านก็ได้

มรดกธรรมที่นครนายก ก็มีลูกหลานที่มารอรับมรดกธรรมยังมีอีกเยอะคิดอย่างนั้นนะ เลยหาทางมาฟื้นฟูแถวๆ นี้แหละที่วังมรดกธรรมนี้แหละ คือยังไงก็เป็นเครือญาติกันอยู่ดีนั่นแหละนะ คิดว่าเครือญาติของหลวงปู่มั่นนั่นแหละ เห็นไหมพระที่สอนลูกศิษย์ได้บรรลุธรรมได้มากที่สุดก็คือ พุทโธหลวงปู่มั่นนั่นน่ะสอนนะ ทั่วประเทศไทยทั้งในนอกประเทศ หลวงพ่อเป็นคน "ขี้ปี๊ก" เรียนบ่จบ ป.๔ ป.๔ ก็ไม่จบ เขาเรียก "บักขี้ปี๊ก" ปี๊กก็เหว้าอีหยังก็บ่อค่อยเป็นดอก พูดอะไรก็ไม่ค่อยได้ มันขี้ปี๊ก เพราะว่าภาวนานะ แหละฝอยเก่งจังเลย ทำให้รู้จักกันนะก็ดีเหมือนกันนะ แต่ก่อนนี้ถามใครก็ไม่เห็นด้วย ไม่ว่าจะเป็นใครก็ตาม จะเป็นหญิงเป็นชายไม่สนใจหน่า แต่ถ้าใครจะมาถามก็ตอบคำตอบเฉพาะคำตอบแล้วก็แล้วไปไม่มีใครสนใจใคร ก็จะเป็นคนอยู่เฉยๆ พอมาบวชเข้ามา โอ๊ย เห็นภูเขา ช๊อบชอบจังเลยภูเขานะ เห็นภูเขานะสงสัยบารมีเคยสร้างมาเคยเป็นฤาษีล่ะมั๊ง ยิ่งมาเจอเขาใหญ่เนี่ยหลวงพ่อเคยเดินตัดเขาใหญ่ หลายครั้ง เดินธุดงค์ เคยตัดจากปากช่องมาทางนี้ เคยตัดจากข้ามไปข้ามมาหลายเที่ยว บางทีก็ไปพักกับพวกสิงสาราสัตว์ สัตว์นี่ก็เหมือนคนแหละนะอย่างหลวงพ่อมาเนี่ย พวกเขาก็ไม่กลัวหลวงพ่อนะ หลวงพ่อก็ไม่กลัวพวกเขานะ สัตว์มันก็รู้จักนะ แต่เราไม่รู้จักเฉยๆนะ พอรู้จักว่าเป็นพระนะมันก็ไม่กลัวนะมันก็กินหญ้าเฉยๆ มันก็ชำเลืองตาดูเฉยๆ เวลาเราไปพักไปอยู่ พวกวัวกระทิงพวกอะไรที่อยู่ในเขาใหญ่เนี่ยเยอะแยะ บางทีหลวงพ่อเดินจงกรมอยู่มันก็ยังเดินตาม เดินกลับไปกลับมาด้วย อ๊อ มึงจะมาฝึกสมาธิกับหลวง

พ่อเหรอ เอาได้ๆ ถึงมึงจะพูดไม่เป็น กูรู้ใจมึงว่ะ มันก็ได้เกิดเป็นคนแน่ๆ เลยถ้ามันตาย สัตว์พวกนั้นมันก็นึกเหมือนกันยังมีนี่ แต่ก่อนมันก็มีแต่ครูบาอาจารย์ท่านเล่าประวัติจริงๆ มันก็เป็นอย่างนั้นจริงๆ เขารู้จักเขาก็ไม่กลัวเราแต่ก่อนก็เคยคิดได้อ่านว่าท่านพูดกับช้างกับอะไรได้ หลวงมั่นหลวงปู่ขาว อะไรพวกเนี่ย หลวงพ่อก็พูดไม่ได้ เหนื่อยเดี๋ยวมันก็หยุดเอง เราก็ไม่ต้องโกรธ ไม่ให้ความโกรธมาเสียดแทงใจ ไม่ให้ความโกรธมาเผาสุมจิตใจให้รุ่มร้อน ไม่สนใจเลยช่างหัวมันภาษาธรรมท่านเรียกว่า ปล่อยวาง แต่ภาษาอีสาน ฮ่วยหว่าก็ซ่างหัวมัน มันอยากหว่า มันบ่คร้านหว่า แม่หว่าไปโล้ด นั่นเป็นภาษาอีสาน ถ้าเป็นคนไทย เฮ้ยช่างเขาเถอะปากเขามี เขาอยากพูดก็ให้พูดไป ไม่ต้องโกรธใช่ไหม เนี่ยคำว่าช่างเขาเถอะ คือเราปล่อยวางคำพูดของคนอื่นได้ นั่นคือการให้อภัย คือการอโหสิกรรมให้ตนเอง คือเราไม่ต้องไปรับความโกรธดีไหมล่ะ มึงว่ากูเหรอ กูไม่ยอม มึงเป็นใคร หามึงเป็นใครเล่นร้อนใจกันทั้งคู่ ต้องฆ่ากัน เนี่ยเพราะเราไม่ค่อยศึกษาธรรมะ ไม่เข้าใจในเรื่องของธรรมะ ธรรมะเป็นความร้อนที่ไม่รู้จัก ธรรมะเป็นความเย็นที่ไม่รู้จัก เลยไปยังรวมอยู่กับธรรมะความร้อน ได้ธรรมะเป็นความเย็นที่พระพุทธเจ้า หยิบยื่นให้เช่น พุทโธก็ไม่ จะถือเอา วันนี้ไม่รู้จะถือหรือว่าไม่ถือ ยังไงก็ช่วย ๆ ฝากให้ถือไปหน่อยเถอะ เพราะจะได้ความสุขบ้าง หรือว่าเสียดายความร้อนใจอยู่ก็ไปถือเอาตามใจเถอะ ไม่ว่าหรอกน่ะ ถ้าอยากมีความสุขก็สร้างความสุขให้กับตนเอง อย่าไปถือเลย ถือเอาพุทโธ วันนี้ให้พุทโธนี่แหละ หลวงปู่มั่น

ก็มาเอาพุทโธ อยู่ที่ถ้ำสาลิกาเนี่ยแหละไปแจกจ่าย หลวงพ่อได้มาพูดกับพุทโธเนี่ยแหละ แล้วไปบวชกับหลวงปู่เทสก์ เทสรังสี ท่านก็ให้พุทโธเนี่ยแหละหลวงพ่อก็จะมาธุดงค์ ขอท่านบอกว่าขอวิชาติดตัวซักนิดเถอะ หลวงปู่บอก การธุดงค์การเข้าป่าเข้าดง เข้าไพร อาจจะไปเจอช้าง เจอเสือ เจอภูตผีปีศาจ ตัวที่มันโหดร้าย ท่านก็ยิ้มๆ ออกมาแล้วเปรยคำว่าพุทโธ ๒ คำน่ะ กันได้หมดทุกอย่าง ท่านว่าพุทโธ ๒ คำนี้กันได้หมดทุกอย่าง ช้าง เสือ สารพัดสิ่ง สัตว์ทั้งหลาย การหลงป่า หลงภัย ไม่มี ถ้าไปกับพุทโธ หลงภัย ไม่มี ถ้าไปกับพุทโธ แล้วภูตผีปีศาจแทนที่ จะมาทำร้าย ก็มากราบมาไหว้ เห็นไหม พุทโธน่ะ มันมีอำนาจมหาศาลจริงๆ



# ศึกษาธรรมะในตัวเรา

เรื่องของคุณธรรม เป็นเรื่องสำคัญต่อชีวิตมนุษย์ทุกๆ ชีวิต เป็นสิ่งที่ทุกคนควรจะศึกษา เป็นสิ่งที่ทุกๆ คนควรจะได้ ควรจะมี มันเป็นการศึกษาเอาเรียนรู้เอา ฟังเอา เราไม่ได้ดิ้นรน ปากกัด ตีนถีบ เหมือนพระสัมมาสัมพุทธเจ้าของเรา เพราะว่าวิธีการของพระองค์ ที่เสียเวลามา ๖ ปี กว่าจะรู้ธรรมะ พวกเราถือว่าเป็นผู้โชคดีเพียง แต่มาฟังเอาเฉยๆ ก็ยังได้ ขนาดฟังเอา ก็ยังไม่เข้าใจ ไม่ใช่เข้าใจง่ายๆ หน่า ทั้งๆที่เป็นเรื่องง่าย แต่เราก็ทำให้เป็นเรื่องยาก เรามักจะทำให้ มันเป็นเรื่องยาก ที่จริงหลายคนก็อาจจะไม่รู้ว่าคำว่าธรรมะเนี่ย ศึกษา ธรรมะหมายความว่าศึกษาสิ่งที่มีอยู่ในตัวของเราทำความเข้าใจข้อนี้ ให้ดี ๆ ไม่งั้นก็ยากที่จะเข้าใจธรรมะ ธรรมะมีอยู่กับทุกๆคน ไม่อยาก ให้เราไปศึกษาเรื่องของคนอื่น ให้ศึกษาเรื่องของเราโดยตรง ดี ชั่ว อยู่ที่เราเนี่ยแหละ มันมีทั้งความดีและความชั่วอยู่ที่เราทั้งหมด ทั้งดี ทั้งชั่ว ทั้งบาป ทั้งบุญ ทั้งคุณ ทั้งโทษ ในตัวของเรา แต่การศึกษานั้น ศึกษาแล้ว รู้แล้วเนี่ย ให้ดูมันเฉย ๆ ได้ไหม ในมุมที่พระพุทธเจ้าบอก ว่า ดูมันเฉย ๆ ได้ไหมอย่าเข้าไปยึดมัน เข้าไปถือมัน ความดีเกิดขึ้น ก็รู้ว่าดีเกิดขึ้น ดีเกิดขึ้น เกิดขึ้นมาแล้วปรุงแต่งแล้วดับไป ชั่วเกิดขึ้น เกิดขึ้นมาแล้วปรุงแต่งแล้วดับไปดูมันเฉยๆอย่างนี้ได้ไหม นี่คือคำ หนึ่งที่พระพุทธเจ้าสอนให้เราได้ทำความเข้าใจถ้าเราดูเฉยๆ เราจะ เห็นธรรมะ เพราะว่าเห็นธรรมะ ส่วนดีมันเกิดขึ้นปรุงแต่งแล้วดับไป ส่วนไม่ดีเกิดขึ้นปรุงแต่ง ดับไป เท่านี้เราก็สบายแล้ว แต่ถ้าเราไป ถือมั่นกับมันแล้วเนี่ยถ้าถือมั่นในความดี เราก็แสดงตนกับ

ความดีไป แต่ถ้าไปถือมั่นในความชั่วที่เกิดขึ้น เราก็แสดงเป็นคนชั่วไปตามอาการนั้น ใช่ไหมล่ะ ทีนี้เมื่อเรารู้แล้วว่าดีชั่วมันเกิดขึ้นในเรา เราสามารถแยกใช้ได้ ส่วนใดที่เป็นคุณงามความดีเราเอามาใช้ ส่วนใดที่ไม่เป็นคุณงามความดีอันเป็นความชั่วนั้นถึงจะเกิดขึ้นมาแล้ว ปล่อยให้เกิดขึ้นปรุงแต่งดับไป อยู่ในหัวของเรา มันเกิดขึ้นที่หัวใจของเรานั่นนะ คือ ธรรมะหัวใจของใครๆ ก็เหมือนกัน มันเหมือนกันหมด แต่ทีนี้ ครั้นเรามาดูในหัวใจของเราเนี่ยแหละ ในหัวใจของคนอื่นก็เหมือนกัน อย่าไปยุ่งกับหัวใจของคนอื่น แล้วความประพฤติของคนอื่น คนอื่นก็มีประพฤติดีและไม่ดีเหมือนกัน เหมือนกันกับความรู้สึกของเราเอง มันมีทั้งดีทั้งไม่ดี คนอื่นก็มีทั้งดีทั้งไม่ดี ส่วนมากคนเราจะไปถือเอาเรื่องของคนอื่นเป็นหลักเกณฑ์ ที่จริงเนี่ย ไม่ให้เราไปถือเรื่องของเขา ไม่ให้ถือเรื่องของคนอื่น แต่ว่าให้ฉลาดว่าให้เรามีความฉลาดเลือกใช้ในสิ่งที่มีประโยชน์ สิ่งที่มีโทษก็ละเสีย สิ่งที่มีคุณก็ทำเสีย การกระทำของเราก็มีอยู่แค่ ๓ อย่างเท่านั้นเอง ไม่ได้มากมาย ถ้าเราจะศึกษากันดี ๆ นะ กาย วาจา ใจ ของเราน่ะ การกระทำเนี่ย คือ ตัวกรรม ตัวการกระทำ ตัวทำกรรมดี กรรมชั่ว มี ๓ อย่าง ก็คือ กาย วาจา ใจ แต่หลักจริง ๆ ของมัน มาจากจิตใจ ก่อนที่จะมาเป็นวาจา ก่อนที่จะมาให้กายของเราทำ เราดูแบบเนี้ย เราดูอย่างเนี้ย ดูง่าย ๆ ดูแบบเนี้ย ถ้าเราจะเข้าใจธรรมะ ถ้าเราดูแบบเนี้ยไม่รู้จัก ๓ อย่าง เรื่องของการเข้าใจธรรมะมันก็ห่างไกลทั้งๆ ที่เป็นเรื่องของตนเอง กาย วาจา ใจ อันนี้พูดไม่ใช่ กาย วาจา ใจ ของผู้พูดนะ

ทุกคนก็คิดว่า กาย วาจา ใจ ของตนเอง ท่านพูดถึงเรื่องกาย เรื่องวาจา และเรื่องจิตใจของเรา ท่านกำลังชี้ให้เราดูว่า กายของเรา วาจาของเรา ใจของเรา มันเป็นอย่างไรนั้นต่างหาก ถ้าเราจะคิดอย่างนั้นเราจะเห็นตามนั้นคือ ส่งกระแสจิตไปตามธรรมะ แต่ถ้าฟัง แต่ว่า กายวาจา ใจ ถ้าไม่ตรองดูในเรื่อง ในตน ก็จะไม่เห็นธรรมเลย หมดโอกาสหมดโอกาสทีนี้ การเห็นเนี่ย เห็นเรื่องกายของตนเอง วาจาของตนเองใจของตนเอง แต่ที่ใจเนี้ยตัวหลัก บางทีพระพุทธเจ้าบอกว่าให้ดูใจอย่างเดียว รักษาใจอย่างเดียว เห็นไหม เท่านี้ก็จบแล้ว เรียนพระพุทธศาสนา ใจอย่างเราเนี่ย วันนี้พูดถึงเรื่องใจอย่างเดียววันสุดท้าย ข้อสุดท้ายเนี่ย เพื่อจะให้ท่านทั้งหลายได้เข้าใจหลักมันมีอยู่ว่าภิกษุรูปหนึ่งในสมัยพระพุทธกาล บวชเข้ามาแล้วเนี่ย คือวินัยของพระน่ะมันเยอะ คือ เราเรียกศีล ๒๒๗ ทำอะไรก็ผิด ทำอะไรก็ผิดท่านก็เลยบอกว่า โอ้โฮ ทำอะไรก็ผิดนิด ๆ หน่อย ๆ ก็ผิดทำอันนั้นก็ผิด ทำอันนี้ก็ผิด ท่านเลยมีกังวลว่า มันเยอะแยะมากมายอย่างเนี้ย เราไปถือศีล ๕ ดีกว่ารักษาแค่ ๕ ข้อก็คงจะสบายกว่า อันนี้ตั้ง ๒๒๗ มันมากมายเหลือเกิน นี่คือความรู้สึกของท่าน ทีนี้จะมาลาพระพุทธเจ้าสึกว่าจะไปรักษาแค่ศีล ๕ คงจะสบายกว่า พอมาลาพระพุทธเจ้า พระท่านบอกว่า เราจะไปรักษาศีล ๕ ดีกว่าน้อยหน่อย ท่านบอกว่า โอเยอะไปศีล ๕ ก็เยอะ พระพุทธเจ้าบอกว่าศีล ๕ มันเยอะไปให้รักษาอันเดียวได้ไหม ท่านพูดได้ถ้ารักษาอันเดียวได้ รักษาอันเดียวคืออะไร ท่านบอกว่า เฝ้ารักษาใจของตนเอง

มันคิดอะไรก็ให้ดูเฉย ๆ ได้ไหม อย่าไปยุ่งมัน อย่าไปถือมัน การดูเฉย ๆ นี่แหละ ท่านไปนั่งดูความรู้สึกนึกคิดของท่านเอง ดูเฉย ๆ นะ มันจะคิดดี คิดชั่ว คิดบาป คิดบุญ อะไรก็ช่างหัวมัน เรื่องอดีต เรื่องอนาคตก็ช่างหัวมัน ไม่เกี่ยว ดูมันคิดเฉย ๆ ดูมันเฉย ๆ คำว่าดูเฉย ๆ ถ้าใครทำเป็นนะ ไม่ยากเลยนะ เราจะไปอยู่ที่ไหนก็ได้ ดูได้ จิตนะเพราะเราไปที่ไหนเราก็เอาไปด้วย เราไปนั่ง ไปนอน ไปยืน ไปเดิน อยู่ตรงไหนเราก็เอาจิตของเราไปด้วย ยืน เดิน นั่ง นอน ก็รู้ได้หมด นั่นคือความหมาย เราจะยืนอยู่ เดินอยู่ นั่งอยู่ นอนอยู่ ก็เฝ้าดูมัน อย่างที่บอกแล้วเมื่อวานนี้ ท่านก็ให้ดูใจอย่างเดียว มันเหมือนกัน ก็คือ จอมปลวกอยู่ มี ๖ รู มีเหี้ยเข้าไปอยู่ในนั้น ให้ปิดเสีย ๕ รู หมายความว่า ให้ปิดทวารทั้ง ๕ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ปิด ๕ อย่างนี้ เฝ้าดูใจอันเดียวตรงกับคำสอนของพระองค์นี้ พระองค์นั้นนะ ถ้าเราทำความเข้าใจอย่างนี้ ฟังแล้วไม่ใช่รอฟังอยู่เฉยๆ เข้าใจไหมล่ะ โยมน่ะ บอกให้ดูใจอันเดียวนะ พอเข้าใจบ้างไหม ถ้าเข้าใจแล้วเราไปนั่งดู เราจะไม่ผิดหวังเลยหน่าโยม เดี๋ยวขอถามดูอีกที เพื่อให้มองว่าใครเข้าใจ ไม่เข้าใจ ถ้าใครเข้าใจ ช่วยยกมือขึ้นหน่อย..........เออ! ก็ค่อยยังชั่วหน่อย ถ้าพูดแล้วไม่เข้าใจมันเหนื่อเฉย ๆ มีคนเข้าใจก็น่าพูดอยู่ หอบสังขารขึ้นมาพูดให้เฉย ๆ นะวันนี้ช่างหัวมันเถอะถึงเวลากายมันตาย ตาแล้วไม่มีใครทิ้ง ก็ทิ้งให้หนอนมันกิน สบาย (หัวเราะ) นี่แหละคือ บอกให้เรารู้จักวิธีการเอาไว้ คือ วิธีการนั้นนะมันมีหลายอย่าง หลายจนถึง ๘๔,๐๐๐ อย่างหน่า

แต่ว่าเราจะไปเอาอะไร เราค่อย ๆ เก็บไว้อย่างนี้ เอาแบบง่าย ๆ ไปอย่างเงี้ยก็นั่นจะดี พระว่า หลวงพ่อเข้าไปศึกษาธรรมะเนี่ยก็เอาวิธีง่าย ๆ หลวงปู่เทสก์ ท่านก็บอกอย่างเนี้ย ๗ วันก็รู้เรื่อง ถ้าคุณเอาจริง ๆ มันจะยากอะไร จึงได้ทดสอบดู ทดลองดูเดี๋ยวนี้ก็ได้ ตั้งแต่ทดลองดู ตั้งแต่บวชปีแรก ก็พูดมาแต่แรก ๓๐ ปีแล้วนะ แล้วก็พูดอย่างเนี้ย ที่จริงแล้วมันไม่ใช่เรื่องมันเรื่องที่เราไปคาดคิดว่ามันเป็นรายละเอียดรู้ยาก พอเราคิดอย่างเนี้ย เราก็ไม่ได้ศึกษาเลย เราก็ทำไม่ได้ ทำให้เราไม่เข้าใจเลย ทั้ง ๆ ที่เรื่องง่ายทำให้เป็นเรื่องยากเฉยๆ เหมือนพระองค์นั้นที่ว่านะ ศีลน่ะเยอะแยะมากมายเหลือเกินรักษาอันเดียวรักษาได้ รักษาใจได้มันก็รักษาได้ ก็รักษาได้หมดนะ เพราะจะไปผิดอะไรก็เรื่องของใจทั้งนั้น ชักนำไปทำความผิด ทำดี ทำชั่ว บาปบุญคุณโทษ ก็เรื่องของจิตของเราทั้งนั้นน่ะ ทีนี้ถ้าเฝ้าดูจิตอันเดียวก็จบนะ จำไว้หน่อยนะ ใครที่บอกนี่ไม่ใช่อะไรนะ หมายความว่า เวลาเราอยู่คนเดียว เราก็นั่ง นั่งท่าไหนก็ได้ ไม่จำเป็นต้องนั่งสมาธิอย่างเดียวนะ เลือกท่าในอิริยาบถทั้ง ๔ จะยืน จะเดิน จะนั่ง จะนอน เฝ้าดูมันเฉย ๆ มันก็ได้ทั้งนั้น แต่ว่ามันก็ต้องมีรูปแบบบ้าง บางทีก็คนเราเนี้ย ถ้าบอกอย่างเนี้ยไม่เข้าใจ มีรูปแบบเหมือนเราทำ แบบนั่งสมาธิ แบบเดินจงกรม หนึ่ง สอง สาม สี่ ห้า หก ก็แล้วแต่ แต่หลวงพ่อเรียนมา หลวงพ่อไม่ได้มากมายอย่างนี้หรอก เดินก็เดินเฉย ๆ เดี๋ยวเดินให้ดูก็ได้ ที่หลวงพ่อเรียนมา ที่เอามาเสริมใหม่ ๖ ท่า ห้าท่า หกท่า เจ็ดท่า เนี่ย นี่มันท่าเก้านี่หน่า เดินท่านก็ให้

เดินอย่างเนี้ย พุทโธ พุทโธ พุทโธ พุทโธ พุทโธ ขวาพุท ซ้ายโธ อย่างเนี้ย ท่านสอน แล้วกลับมา พุทโธ พุทโธ พุทโธ พุทโธ นี่ท่าเดิน ให้ท่าเดียวเท่านั้นนะ แต่เวลาไปดูพระ พระ ๘๐ ๙๐ เป็น ๑๐๐ บางที่มีเป็นร้อยเยอะ ทั้งพระฝรั่ง ทั้งพระไทยเราเนี่ย บวชไปใหม่ ๆ และบางองค์ท่านเดิน พุท _ โธ พุท _ โธ _ เราเลยบอกว่าลูกศิษย์อาจารย์เดียวกัน ทำไมต่างกัน บางองค์ท่านเล่น พุทโธ พุทโธ พุทโธ ( อย่างเร็ว ) พุทโธ พุทโธ พุทโธ พุทโธ ( เร็ว ๆ ) เราแปลกใจเราบวชเข้าไปใหม่ ๆ แปลกใจทั้ง ๆ ที่ศิษย์อาจารย์เดียวกัน วัดเดียวกัน ทำไมแปลก ทำไมไม่เหมือนกัน กูเอาบ้างวะ หึ หึ กูเอาบ้าง กูเรียนจากพวกนี้แหละ ท่านไม่ได้สอนกู ท่านทำให้ดูกูทำเป็นว่ะ มันอะไรกันแน่ มันคิดอะไรกันแน่ มันอะไรถูก อะไรผิด มาทำแบบ พุท _ โธ พุท _ โธ ไม่ได้เรื่อง หลวงพ่อไม่ได้เรื่องเลย ไม่ได้เรื่องเลยนะ ที่นี้เอาแบบไวหน่อย พุท _ โธ พุท _ โธ พุท _ โธ พุท _ โธ พุท _ โธ อันนี้ก็ยังไม่รู้เรื่อง เอาแบบไว ๆ หน่อยสิวะ พุทโธ พุทโธ พุทโธ พุทโธ พุทโธ ( เร็ว ๆ หัวเราะ ) อันนี้ดี สำหรับอาตมานะ เราอย่าไปว่าคนโน้น เขาเป็นอย่างนั้น คนนั้นเขาเป็นอย่างนี้ เราทดสอบดูก่อนพอเอาเร็ว ๆ แบบนี้ ปัญญาเกิดเลย ทำมาก ๆ เข้าปัญญาเกิดเลย ถ้าช้า ๆ นี่ เดี๋ยวจิตก็วิบไปนู้น เดี๋ยวแว็บไปนั้น เดี๋ยวก็เรื่องนู้น เดี๋ยวก็เรื่องนี้ โอ้ยไม่ได้เรื่อง พอเอาไว ๆ เข้ามันไม่ไปไหน จิตมันอยู่ มันก็คอยให้เป็นสมาธิด้วย บางคนก็อาจจะชอบแบบช้า ๆ แบบนวยนาด หลวงพ่อ

ไม่ชอบนวยนาด( หัวเราะ ) ให้ธรรมดา ๆ ไม่ชอบ แค่วิ่งนั่นแหละ วิธีปฏิบัติหลวงพ่อก็เลย ๓ ท่าที่เราสอน ๖ ท่า ก็จะเป็น ๙ ท่า ท่าที่ ๑, ๒, ๓, ๔, ๕, ๖ ที่เราฝึกกันไป แล้วก็มารวมทั้ง ๗,๘, ๙ อันนี้ ท่า ๓ ท่า แต่หลวงพ่อได้ตัว เหมือนเราวิ่งออกกำลังกาย มันเหมือน วิ่งออกกำลังกายในตัวแต่ทำให้จิต มันค่อย ๆ จับไปตามเท้าของเรา จิตมันไม่ค่อยออกไปทางอื่น จิตไปเรื่องอื่นก็เลยว่า อันนี้เล่าให้ฟัง เผื่อจริตใครยังไงก็ทำเองเถิด ถ้าชอบ พุท _ โธ พุท _ โธ เดินไปเถิด ถ้าท่านชอบธรรมดาดูว่ามันเกิดปัญญาน่ะ แล้วเราไม่ได้เอา ท่าน่ะ คือ มันจะรู้ความจริง ปัญญามันรู้ตามความเป็นจริง รู้เรื่อง กาย รู้เรื่องตามเป็นจริง รู้เรื่องจิตใจ ก็เรื่องความเป็นจริง ถ้าไม่ถูก จริตมันไม่เกิด เราก็ทำฟรีเป็นอย่างนั้น อานิสงส์ได้อยู่ เราทำได้ทั้ง นั้นน่ะ แต่ว่าได้น้อยหรือได้มากเท่านั้นเอง ถ้าเกิดปัญญาถือว่ามาก ที่สุดแล้วหล่ะ ปัญญานั่นน่ะเป็นปัญญาที่เราบอกว่าเป็นปัญญาธรรม

อันนี้แนะนำหมดแล้วนะ ท่าหนึ่ง พุทโธ พุทโธ พุทกับโธ ท่าที่ ๒ รูปธรรม นามธรรม ท่าที่ ๓ ก็เป็นกาย วาจา ใจ เป็นหัวข้อ ธรรมทั้งหมด ที่ให้หลากหลายไปอย่างเนี้ยมันเป็นหัวข้อธรรม เราต้องทำความเข้าใจว่า ทำไมต้องเอาไปหลากหลาย ขนาดหลาก หลาย มันยังไม่ค่อยขึ้นอยู่ ถ้าขึ้นเป็นธรรมะเมื่อไหร่ ใครจะไป ตีแตกตรงไหนก็ได้ ถ้าเท่าที่สอนมาเรารู้เรื่อง รูปธรรมนามธรรม บางคนก็ไปรู้เรื่อง กาย วาจา ใจ ขอให้รู้ขึ้นมาก่อน ในเรื่องใด

เรื่องหนึ่ง เราจะไปรู้ทุกเรื่อง บางคนก็มารู้เรื่องของ กาย เวทนา จิต ธรรม หรือเรื่องของขันธ์ ๕ รูป เวทนา สังขาร วิญญาณ หรือ รู้เรื่องของ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ เหล่านี้นะ เหล่าเนี้ยธรรม ท่านทั้งหลายไม่ใช่อื่นนะ เป็นหัวข้อธรรม เป็นธรรมทั้งนั้น ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ เราจะไปคิดตรงไหนไม่ทราบกันนะ แต่ถึงอย่างไรก็ขอปฏิบัติ ตั้งแต่ พุทโธ รูปธรรม นามธรรม ไปเนี่ย มันเป็นธรรมทั้งหมดเลย ถ้าเรา ไม่เข้าใจเหล่านี้ว่าสิ่งเหล่านี้คือธรรม แล้วเราก็จะไม่เห็นธรรม อย่าคิด เกินไป คิดเกินไป คิดนอกเหนือจากนี้ไป ไม่ใช่แล้ว นี้แหละธรรมะ ที่แท้จริง พระพุทธเจ้าจึงบอกว่าธรรมะที่แท้จริง ก็คือตัวของเรา ธรรมะอันเป็นเรานั้นอยู่ที่คำพูดหรืออยู่ในพระไตรปิฎก โดยชื่อธรรมะ คำพูดนี้เป็นชื่อธรรมะเฉย ๆ ในตัวจริง มันอยู่ที่เรา ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ในพระไตรปิฎกก็เห็นชื่อของมัน แต่ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ก็อยู่กับเราทุกคน ใช่ไหม นี่แหละเรื่องธรรม ไม่ใช่เรื่องยาก ไม่ใช่เรื่องเย็นเลย ถ้าเรารู้จักอย่างเนี้ย แม้ว่าจะรู้มาจริง ๆ จิตของเรามารับทราบสิ่งเหล่านี้จริง ๆ แล้วเนี่ย พอรับทราบจริงก็ สบายไปอีกอย่าง เพราะว่าพอมันรับทราบขึ้นมาแล้วเนี่ยจะต่างกันกับ เราไม่รับ มันจะมีความหลงกับความไม่หลง แต่เดิมเราจะ หลงกาย รูปก็หลง หูฟังเสียงก็หลง หลงยินดี หลงพอใจ หลงไม่ยินดี ไม่พอใจ เนี้ยแหละ แต่พอเราทราบแล้วรับรู้ กาย หู ได้ยินเสียง สักแต่ได้ยิน มันต่างกัน ต่างกันเลย ได้ยินเสียง สมมุติว่าได้ยินเสียง เขาชม มันก็ปลื้ม มันจะเกิดความปลื้ม แต่ที่ได้ยินเสียงด่ามันก็

เจ็บปวด เศร้าหมอง แต่ถ้าคนรู้ความเป็นจริงแล้วว่าสิ่งที่ได้ยินได้ฟัง มันจะไม่เป็นอย่างนั้นเพราะเห็นว่า ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ เป็นสิ่งที่พระพุทธเจ้าบัญญัติขึ้นมา แต่ที่จริงไม่ได้มีชื่อหรอก ชื่อจริง ๆ มันไม่มี แต่ก็ต้องบัญญัติต้องเรียกว่า ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ เหมือนคนอย่างนี้ คนคำว่าคน คำว่าสัตว์ อันนี้ถูกสมมุติขึ้นมา จริง ๆ แล้วถ้าเราไม่สมมุติจะเรียกอะไรเรียกไม่ถูก เพราะฉะนั้นจึงเรียกขึ้นมาหรือสมมุติขึ้นมาเพื่อให้เราเรียกให้ถูก เราอยู่ในโลกสมมุติ ก็ต้องใช้สมมุติ เวลาด่ากันก็สมมุติว่าด่า ด่าก็ด่าสมมุติใช่ไหม แล้วทำไมเราไปโกรธแทนสมมุติหล่ะ โยมชื่ออะไร ชื่ออะไรหาโยมนั้นแหละ (ผู้ปฏิบัติธรรม) ตอบ “รัตติกร” เกิดมามีไหม “รัตติกร” นี่แหละสมมุติขึ้นมาใหม่ใช่ไหม แล้วไปหวงอะไรมันนักหนา รัตติกร อย่าไปหวงสมมุติ เขาด่าเขาก็ด่าสมมุติเฉย เราคิดอย่างนี้ได้ไหม อันนี้พูดกันแบบง่ายๆนะ อย่างพระพุทธเจ้าของเราโดนเขาด่าพระอานนท์โกรธแทนพระพุทธเจ้า โมโห พระองค์ผู้ทรงเจริญ ไปเถอะ ไปเถอะ ไม่ไหวแล้ว บ้านนี้ เมืองนี้ มีแต่คนตามด่าอานนท์เอ๋ย! มันเหนื่อยด่า เดี๋ยวมันก็หยุดด่าเอง เพราะความไม่ถือนี่แหละ ใจของท่านจึงไม่มีความหวั่นไหว ไม่ถือในสมมุติ ต่างกับเราที่ถือสมมุติอยู่เดี๋ยวนี้เดือดร้อนเพราะสมมุตินั่นเอง พอเขาชมสมมุติหน่อยก็ใจพองขึ้นมา พูดกางแขน ถ้าเขาด่าสมมุติ โอ้โห...เป็นฟืนเป็นไฟ โกรธเป็นฟืนเป็นไฟขึ้น ทำไมไม่เห็นเหมือนพระพุทธเจ้าบ้าง เขาด่าก็ด่าสมมุติ อานนท์ทำไม

ไม่เหมือนพระพุทธเจ้าบ้าง เขาพูดกันเรื่องสั้น ๆ ก็เหมือนสั้น ๆ นั่นแหละ มันไม่ได้ยาวหรอกธรรมะ แต่มันเห็นยากเฉย ๆ แต่พอเห็นแล้วเหล่านี้เป็นความจริงทั้งนั้น คือ เรียนรู้ความจริงจริงโดยสมมุติ คือ จริง ๆ ๆ ท่านก็ไม่ได้สะทกสะท้านอะไร ผู้ใดที่ท่านรู้ท่านเห็นแล้ว ดูสิไม่ใช่เฉพาะพระพุทธเจ้านะ อย่างองคุลีมาลน่ะ ท่านไปเดินบิณฑบาต เขาขว้างปา ด้วยก้อนอิฐก้อนหิน หัวร้างค่างแตก เลือดไหล เอ! แต่ท่านก็ไม่ได้ว่า ไม่ได้ด่า ไม่ได้ว่าอะไร ทำไมท่านเดินเฉย เพราะท่านบอกว่า ร่างกายนี้มันทำกรรมของมันมาเยอะ มันก็เพียงได้รับนิดหน่อยเท่านั้นเอง แต่ตอนเป็นฆราวาสน่ะ ฆ่าคนมาเยอะใช่ไหม องคุลีมาล ท่านเลยเห็นว่าเป็นร่างกาย ร่างกายนี้มันรับกรรมของมัน มันสร้างกรรมของมัน มันก็รับกรรมของข้าพระพุทธเจ้างัย ฆ่าคนตายเท่าไหร่แล้ว อันนี้คือ ผู้เห็นธรรมะ ผู้เข้าใจธรรมะ เมื่อไหร่เราจะเห็นสมมุติหล่ะ เมื่อไหร่เราจะไม่หวงสมมุติหล่ะ ถ้ายังหวงสมมุติอยู่ก็จะไม่เห็นของจริงนะ เราไม่ต้องหวงนะ สมมุติใครจะด่า ก็ให้เขาด่าสมมุติ มันไม่สะใจก็เขียนเอาไปตั้งด่าอยู่นั่น ช่างหัวมัน ตั้งด่าทั้งวันนะ มันด่าสมมุตินะ บางทีท่านพูดง่าย ๆ นี่หน่า ธรรมะบางคนเขาก็ว่าเข้าใจอย่างนี้ บางคนต้องฝึกสมาธิ การฝึกสมาธิ ต้องบริกรรม คำว่าบริกรรมมีมากมาย ๔๐ อย่าง ที่ท่านวางเอาไว้นะให้หาเอาจะถูกจริต กับอะไรของใคร ถ้าอันใดมันถูกจริต แต่ว่าบางคนก็ใช้ลมเฉย ๆ ลมนะ ลมหายใจของเรานะ แต่จริง ๆ พระพุทธเจ้าท่านบอกว่าก็อยู่กับ

ลมหายใจเนี่ย เพราะว่าลมหายใจเนี้ยมันมีคุณค่ามากมายมหาศาล แต่เราเคยคิดบ้างไหมว่า ลมน่ะทำให้เรามีชีวิตอยู่ก็เพราะลมใช่ไหม ใช่ไหม โยม ถ้าไม่หายใจ อยู่ได้ไหม ไม่ได้น่ะ ท่านก็ต้องรีบหายใจซะ อย่ารีบตายน่า แต่พระพุทธเจ้าบอกอย่างนี้นะว่าเรามีชีวิตอยู่ก็เพราะลมหายใจ ลมนี้เราเอามาหล่อเลี้ยงร่างกาย ท่านก็เลยบอกว่าเราจะเอาลมไปหล่อเลี้ยงจิตใจเราไม่ได้หรือ เห็นไหมคิดต่างกันกับพวกเราเห็นไหม มันก็น่าจะเอาไปหล่อเลี้ยงจิตใจได้เห็นไหม โดยการมีสติอยู่กับลมหายใจเข้าและออก เห็นไหมวันตรัสรู้นะดูลมไหลเข้าไหลออกเฉย ๆ ปัญญาก็เกิด นี่คือพอปัญญาเกิดเป็นตัวหล่อเลี้ยงจิตใจ จิตใจของเราเนี่ยถ้าเรารู้ความจริง มันเป็นอาหารเป็นยารักษาโรคหัวใจ มันเป็นอาหารของจิตใจ เหมือนกับอาหารของร่างกาย อาหารของร่างกายคือข้าว ทำให้ร่างกายของเรามีพลังแข็งแรง โรคภัยไม่เบียดเบียน โรคภัยเบียดก็น้อย ก็เหมือนยารักษาโรคกาย เจ็บไข้ได้ป่วยใครป่วยก็มียากิน กายของเรามีสุขภาพแข็งแรงขึ้นมา แต่การรู้ความจริงในสัจธรรม ในกายของเรารูปธรรม นามธรรม ของเราเนี่ย กาย ใจ ของเราเป็นยารักษาโรคหัวใจ มันเป็นทั้งยา เป็นเครื่องปลดปล่อยจิตใจ มันเป็นอาหารของจิตใจ ใจมันก็จะมีพลัง มีภูมิต้านทาน เอาวันนี้ฟังเท่านี้แหละเนาะ แต่จะขอฟังโยมมั่ง ใครจะออกมาพูดนะ ลองพูดกันหน่อยนะว่าจากนี้ถึงค่ำ คงจะหมดแล้วมั้ง ไม่หมดหรอก จะเข้ามาพูดก่อนใครจำอะไรได้ก็เอามาพูดเลย


2009/01/16

# การเกิดปัญญา

สำหรับวันนี้ขอให้ทุกท่านนั่งสมาธิตามสบาย วันนี้จะพูดถึงเรื่องของปัญญาที่เกิดขึ้นใน 3 ทาง คือ ปัญญาที่เกิดขึ้นจากการฟัง 1 เกิดจากการขบคิด 1 เกิดจากการภาวนา 1 พูดตามภาษาบาลีก็สุตมยปัญญา ปัญญาเกิดจากการได้ยินได้ฟัง จินตามยปัญญา ปัญญาเกิดจากที่เรารู้จักขบคิด ขบคิดปัญหาในข้อที่ 2 ข้อที่ 3 ก็คือ ภาวนามยปัญญา

ตอนนี้จะพูดถึงเรื่องภาวนามยปัญญา ปัญญาอันเกิดจากการภาวนา ทำไมเราถึงจะรู้จักว่าปัญญามันเกิด เกิดขึ้นได้อย่างไรเกิดขึ้นแล้วให้ประโยชน์อย่างไร หรือว่าปัญญานี้ถ้าไม่มีปัญญาแล้วมันเป็นอย่างไร ปัญญานี้นะเป็นสิ่งสำคัญที่สุดสำหรับมวลหมู่มนุษยชาติ มวลหมู่มนุษยชาติถ้าขาดปัญญาแล้วการที่จะหาความสุขให้กับตนเองนั้นเป็นเรื่องลำบากมากเลยถ้าคนไม่มีปัญญา แต่ถ้าคนมีปัญญานั้นสามารถสร้างสุขให้กับตนได้ สร้างสุขให้กับหมู่คณะ สร้างสุขให้กับโลกกับสังคมได้ มีปัญญาแล้วสามารถทำจิตของตนให้บริสุทธิ์และผ่องใสได้ อันนี้เรื่องของปัญญาที่มันเกิดขึ้นมา แต่ถ้าไม่มีปัญญานั้นท่านบอกว่าคนปัญญาทราม ถ้าหากว่าปัญญาทรามแล้วนะอันตรายปัญญาทรามก็จะพาตนไปสร้างบาปสร้างกรรมสารพัดอย่างที่จะทำให้ตนเดือดร้อน สารพัดอย่างที่จะทำให้ผู้อื่นเดือดร้อนเพราะความเป็นผู้มีปัญญาทราม แต่ถ้าคนมีปัญญาดี ปัญญาเลิศอันเกิดจากการฟัง การคิด หรือการภาวนาก็ดี อันนี้เป็นสิ่งที่มีผลใหญ่ มีอานิสงส์ใหญ่ไพศาล พระพุทธเจ้าจึงสรรเสริญเรื่องของปัญญา

ทีนี้เราจะพูดในเรื่องปัญญาอันเกิดจากการภาวนา ที่เราเข้าวัดกันทุกวันนี้ก็เพื่อจะให้เราเกิดปัญญาทั้งได้ยินทั้งได้ฟัง แต่ว่าใครจะเอาไปคิดบ้างหรือไม่อันนั้นก็ไม่ทราบได้ แต่ถ้าใครเอาไปขบไปคิดก็อาจจะล่วงรู้ขึ้นมาได้เอง แต่ถ้าไม่ได้ขบได้คิดก็อาศัยการภาวนา คำว่า ภาวนานี้มันมีอยู่ที่ท่านเรียกว่าสมถภาวนา และวิปัสสนาภาวนา อันวิปัสสนานั้นคือตัวปัญญา อันสมถะนี้เป็นการทำจิตให้สงบมีสมถะเป็นเบื้องต้นคือทำความสงบจิต อันดับแรกคือทำความสงบจิตจากสัญญาอารมณ์ต่าง ๆ เรื่องอดีต เรื่องอนาคต เรื่องนู้นเรื่องนี้ เรื่องจิปาถะต่าง ๆ ที่มี จะเป็นความรู้สึกนึกคิดแส่ส่ายไปถึงไร่ ถึงนา ถึงสวน ถึงบ้าน ถึงช่อง ถึงห้อง ถึงหอ ถึงลูก ถึงหลานถึงอะไรต่อมิอะไรต่าง ๆ นั้น หยุดไว้ก่อน ให้เราหยุดพอหยุดก็เชื่อว่าไม่ฟุ้งซ่านแล้วนะถ้าหยุดคิดต่าง ๆ นะ แต่ถ้ามันหยุดไม่อยู่นี่เราจึงเอาคำมาบริกรรมภาวนา เรียกว่า พุทโธ ภาวนาเอาคำว่าพุทโธมาบริกรรมให้เรานึก เมื่อเรานั่งขัดสมาธิดีแล้วนี่คือ ขวาทับซ้ายมือขวาทับมือซ้ายก็ดีแล้วนี่ ตั้งตัวให้ตรงดำรงสติให้อยู่กับลมหายใจเข้า-ออก พร้อมกับบริกรรมอยู่ในใจหายใจเข้าว่า พุท หายใจออกว่า โธ ให้จิตของเราอยู่กับอันนี้อันเดียว ให้จิตอยู่กับ พุท อยู่กับ โธนี่อันเดียว ไม่ให้มันแว๊ปออกไป แต่ปกติแล้วห้ามมันไม่ได้หรอกนะตอนแรก ๆ มันออาจจะแว๊ปไปเรื่องโน้นเรื่องนี้บ้างสารพัดที่มันจะแว๊ปออกไปจะไม่ค่อยอยู่ แต่ถ้ามันไม่ค่อยอยู่ก็มีวิธีอยู่เหมือนกันคือ ให้เราสูดลมหายใจเข้าลึก ๆ ยาว ๆ หายใจเข้าว่าพุท .....ยาว ๆ

ให้เต็มปอดเลย แล้วก็ถอนหายใจออกยาว ๆ ว่าโธ ......... ให้หมดไปจากปอดเราเลย ไม่ให้เหลือค้างอยู่ในปอด หายใจเข้าว่าพุท ..... ยาว ๆ ไป หายใจออกว่าโธ ....... ยาว ๆ สักสามครั้งหรือเก้าครั้งก็ได้มันจะอยู่ ถ้าเราทำยาว ๆ จะไม่ไปไหนหรอก จิตมันจะอยู่ก่อน แต่พอมันอยู่แล้วนี่เราก็หายใจเป็นปกติ หายใจเข้าว่า พุท หายใจออกว่า โธ แบบสบาย ๆ ตามจังหวะลมหายใจของเรานั่นเอง

ถ้าเราหายใจอย่างนี้เมื่อเราหายใจเข้าหายใจออก หายใจเข้าสั้นก็รู้ หายใจออกสั้นก็รู้ หายใจเข้ายาวก็รู้ หายใจออกยาวก็รู้ พอบริกรรม พุทโธ พุทโธ พุทโธไปเรื่อย ๆ หายใจเข้าว่าพุท หายใจออกว่าโธเรื่อย ๆ สักพักหนึ่ง ถ้าจิตมันอยู่ จิตกับพุทโธเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันแล้วนี้ เมื่อนาน ๆ เข้าจิตมันก็จะวางพุทโธ ตรงนี้เราต้องสังเกต ถ้าจิตมันวาง เราอาจจะเกิดความรู้สึกว่า เอ๊ะ! เราลืมนึกพุทโธไม่ใช่ ต้องสังเกตดูก่อนว่าเราลืมหรือเราไปคิดเรื่องอื่น ถ้าไปคิดเรื่องอื่น ถ้าจิตเราวางพุทโธแล้วไปคิดเรื่องอื่น อันนั้นไม่ถูกไม่ใช่ ต้องกลับไปนึกใหม่ ต้องนึกพุทโธใหม่ แต่ถ้ามันวางแล้วอยู่เฉย ๆ แต่ไม่นึกไม่คิดอะไร จุดนี้แหละเป็นจุดที่เราต้องหา พอมันวางพุทโธถ้ามันอยู่เฉย ๆ มันนิ่ง วางอยู่ คือ จิตเรานิ่งวางอยู่ อันนี้แหละจุดที่เราจะเข้าไปหาความจริงว่าจิตไม่ว่างหรือจิตไปรวมกันนิ่ง บางทีลมหายใจของเราก็จะละเอียดเข้าละเอียดเข้าจนเหมือนไม่มีลมหายใจ ตรงนี้อย่าตกใจ เราอาจจะคิดวิตกกังวลขึ้นมาว่า เอ๊ะ ทำไมเราไม่มีลมหายใจ เราจะไม่ขาดใจตายหรอกรึ ถ้าเกิดความรู้สึก

อย่างนี้ ตายก็ตายซิถ้าอยากตาย ก็จะดูว่ามันตายอย่างไร ท่านบอกว่าตายในการทำสมาธิตายก็ไม่ตกนรก ตายก็ช่างหัวมันเถอะ ให้มันตายเถอะ ตายแล้วก็ไปสวรรค์ ไปพรหมโลกเลย ไม่ใช่สวรรค์นะ สูงกว่าสวรรค์อีกไปสู่พรหมโลกแน่ะ ตายด้วยการภาวนานี่เป็นสิ่งที่สำคัญ อานิสงส์ของการภาวนานี่มีอานิสงส์มาก พอมันเงียบลงเหมือนไม่มีลมนั้นถ้าเราไม่กลัวนะ แต่บางคนมักจะเป็นคนขี้กลัว จิตก็จะถอนออกมา จิตไม่ได้รวมเป็นหนึ่งเลย กำลังที่จะรวม ถ้าหากเราไม่กลัวแล้วจะเป็นอะไรก็ให้มันเป็นไป เราจะตามดูตามรู้ว่าอาการที่มันวิ่งพล่านอยู่นี้จะเป็นอะไรต่อไป บางคนก็อาจจะรวมลงแบบมหัศจรรย์ก็ได้ บางคนก็รวมลงธรรมดาคือคล้าย ๆ กับลืมวิปหายไปเฉย ๆ แล้วก็เหมือนกับลืมอะไรต่อมิอะไรลักษณะของจิตรวมลงไปแต่บางคนนั้นจะมีอาการให้เรากลัวเหมือนตัวของเราพองขึ้นมา พองขึ้นมาใหญ่ขึ้นมา พองเหมือนลูกโป่งเลยให้เรากลัวตัวของเราจะแตกอันนี้จิตก็จะถอนเหมือนกันถ้าเราไปกลัว ท่านไม่ให้เรากลัวเป็นอย่างไรก็ช่างหัวมันเป็นอาการเท่านั้นเอง พอง ๆ ๆ ขึ้นมามันจะแตกก็ดูเฉย ๆ มันจะแตกไหม มันจะเป็นอย่างไรถ้าเราไม่กลัวแล้วเมื่อพองขึ้นมาเหมือนมันจะแตกแต่กลับไม่แตก จิตก็รวมวิปลงไป รวมเป็นหนึ่งได้ทันที หรือลักษณะอาการอีกอย่างหนึ่งก็เหมือนเราหมุน ตัวของเราหมุนติ้ว ๆ ๆ ๆ เหาะลอยขึ้นไปข้างบนนะ ถ้าเราไม่กลัวลอยขึ้นไปกายวับไปอันนั้นแหละนิ่งแล้วรวมเลย บางคนเหมือนโดดลงเหว โดดลงหน้าผา วิ่งลงจากหน้าผาอันสูงชันทำให้เราตกใจนะ ตาย ๆ ๆ

ตกเมื่อไหร่หนอ ตกเมื่อไหร่หนอ ยังนึกอยู่ในใจ แต่ถ้าหากว่าเราไม่สนใจมันจะไม่ตก วืบลงไปเหมือนตัวเราตกจากที่สูง มันจะลู่ลงไปลู่ลงไป จากนั้นก็จะวืบหายไปยังไงก็ไม่ทราบ ก็จะไปเห็นสภาวะที่ว่างอยู่ เป็นอาการที่จิตมันว่าง อันนี้ท่านว่าเป็น **"เอกคตาจิต"** จิตรวมเป็นหนึ่งพอจิตรวมลงไปได้นาน ๆ นานเท่าไหร่ก็ยิ่งดีจะรู้สึกเย็น รู้สึกสบาย แต่บางคนก็จะเห็นเป็นแสงสว่างโล่งไปหมดแต่คล้าย ๆ กับว่าเป็นโลกอันหนึ่ง แต่ไม่มีต้นไม้ไม่มีอะไร ไม่เห็นอะไรหรอก เป็นโลกที่ว่าง ๆ แต่มีแสงนวลจ้าไปหมด สว่างไสวไปหมดแต่บางคนอาจจะเห็นตนนั่งอยู่ในลักษณะอย่างไร พอจิตรวมไปแล้วเห็นตัวเองนั่งนิ่ง นั่งอยู่ท่าไหน ท่าเอียง ๆ เอียงซ้าย หรือ เอียงขวาหรือนั่งตรงรู้สึกนะ บางทีบางคนมาบอกตอนนั้นทำไมมึงนั่งเอียงแท้วะบางคนมาเห็นตัวเองนั่งงอ ๆ เฮ้ย ทำไมไม่นั่งตรง ๆ หน่อย มึงนั่งงอ ๆทำไมนะ ให้นั่งตรง ๆ หน่อยสิ มันเกิดความรู้สึกอย่างนั้น มันออกไปแล้วรวมลงไป มันเป็นเองโดยปริยาย แต่ถ้าจิตรวมลงไปนิ่ง ๆ แล้วบางคนก็เห็นเป็นนิมิต นิมิตน่ะไม่ต้องกลัวหรอกนะ ถ้ากลัวนิมิตไม่ได้นอน พูดกันจริง ๆ ฝันก็คือนิมิต เวลาเรานอนฝันก็เห็นแต่นิมิตแล้วแต่ว่ามันจะฝันเห็นอะไรเราไม่ได้กำหนดกฎเกณฑ์ว่าต้องฝันเห็นอย่างนั้น ฝันเห็นอย่างนี้ไม่ใช่ มันออกไปรู้ของมันเอง ออกไปรู้ไปเห็นหากฝันขึ้นมาเกิดนิมิตขึ้นมาในฝันนั้น จริง ๆ แล้วคำว่านิมิตก็คือฝันนี่เองแต่ชื่อหนึ่งมันชื่อว่า "นิมิต" ชื่อภาษาบ้านเราก็คือฝันนั่นแหละนอนหลับแล้วฝันไป เราเรียกนอนหลับแล้วฝันไป มันก็ฝันเห็นโน่น

เห็นนี่ เห็นดีบ้างเห็นชั่วบ้าง เห็นของดีบ้างเห็นของไม่ดีบ้าง สารพัดที่เราจะฝัน แล้วมันก็ไม่ค่อยจะฝันซ้ำกันหรอกนะ ฝันต่าง ๆ กันไปเรื่อย ๆ แต่ละคืนแต่ละคืนฝันไปเถอะ อย่าว่าแต่ละคืนในคืนเดียวกันก็เถอะได้ตื่นหนึ่งก็ฝันไปอีกเรื่องหนึ่ง นอนไปอีกก็ฝันไปอีกเรื่องอยู่อย่างนั้นนะ ความฝันมันไม่เหมือนเดิมหรอกนะ ลักษณะของความฝันที่นำมาเล่าให้ฟังเพื่อให้เราเข้าใจว่าเราไม่ต้องไปสนใจเรื่องความฝันจะฝันอย่างไรช่างหัวมันเถอะ แต่จริง ๆ คนก็มักจะถืออยู่เหมือนกันบางคนถ้าฝันไม่ดีก็กลัว ตกอกตกใจ ฝันไม่ดีต้องวิ่งไปหาหมอดูฝันบ่ดีซิเฮ็ดจังได๋ จิแก้เสียเคราะห์จังได๋ เริ่มลามปามออกไป บางเทื่อไปให้เขาสะเดาะเคราะห์ให้เสียเงินเป็นพันสองพันสามพัน เป็นหมื่นเป็นแสน ฝันฮ้าย ๆ เพิ่นย่าน เท่าได๋เพิ่นก็เสีย อันความฝันก็คือความฝัน ฝันตั้งแต่เมื่อคืนนี้ฝันแล้วมันก็แล้วไป มันผ่านไปแล้วมันจะช่วยอะไรได้แต่เราไปถือไว้ยึดไว้ต่างหากมันจึงเป็นทุกข์อยู่ในจิตจะฝันดีหรือฝันไม่ดีก็ตามถ้าเราไม่สนใจเพียงเกิดขึ้นแล้วดับไปผ่านไปเท่านั้นเองมันไม่ได้เป็นสิ่งที่จีรังยั่งยืนแต่เพราะมีอุปาทานยึดมั่นว่าเราฝันไม่ดีอันนี้มันก็ทำลายจิตใจของเรา ลักษณะความฝันจากการนั่งสมาธินี่ก็เหมือนกันไม่แตกต่างกันรูปลักษณะการเห็นนะ นิมิตการเกิดจากการนั่งสมาธิเหมือนกันไปหมดกับความฝันที่เรานอนหลับนี่เพราะฉะนั้นพระพุทธเจ้าจึงให้เรานอนภาวนาเพื่อให้หลับเพื่อให้จิตเป็นสมาธิ ไม่หลับแบบธรรมดา แต่ถ้าเราไม่ภาวนามันก็ไม่เป็นสมาธินะ แต่อย่าลืมว่านอนภาวนา นี่ถ้าตายก็ไปเกิดบังเกิด

ที่พรหมโลกนะ แต่ถ้านอนธรรมดาไม่แน่เหมือนกัน ไม่รู้จะไปเกิดเป็นสัตว์ เป็นเปรต อสุรกายหรือเป็นสัตว์เดรัจฉานก็ได้ นอนธรรมดานี่เกิดความกลัวช็อคตายก็มี ฝันร้ายช็อคตายอาจไปสู่ที่ต่ำก็ได้ อันนี้เป็นสิ่งที่เราควรจะรู้จักทำความรู้ทำความเข้าใจ สมาธินี่ก็เหมือนกันบางคนไปเห็นนรกไปเห็นสวรรค์เห็นอันโน้นอันนี้ กลัวไม่กล้าภาวนาก็มีอันนั้นไม่ต้องกลัวหรอกถ้าเรากลัวนะเรากลัวทีวีดีกว่า เราสมควรกลัวทีวี ทีวีมีทั้งเรื่องดีเรื่องชั่วมาฉายให้เราดูทำไมเราถึงนั่งดูมันได้ละเรื่องผีก็มี เรื่องโหดร้ายก็มี ผีกระสือผีกระหัง ผีไม่มีตาผีตาโบ๋มีให้ดูแต่เรายังดูได้ เอ๊ะ! เราจะไปกลัวมันทำไม ไอ้นิมิตนี่ก็เหมือนกันมันเป็นจิตที่สร้างภาพขึ้นมาเท่านั้นเอง สร้างภาพขึ้นมาให้เราเห็น หรือว่าจิตได้ท่องเที่ยวไป ได้ไปรู้ไปเห็นในสถานที่ต่าง ๆ แต่ถ้าเราไม่สนใจแล้วเราได้เห็นว่าเออ เหมือนเราดูหนัง ดูทีวี คืนนี้ดูเรื่องนี้ คืนนี้ดูตอนนี้แล้วติดตามตอนมันนะ มันก็เลยเป็นเรื่องมันในอารมณ์ไปในการดูทีวีคนทำสมาธิภาวนานี่ก็เช่นเดียวกันถ้าเห็นนิมิตอย่างนี้ กลางวันนิมิตอย่างนี้ กลางคืนตอนหัวค่ำนิมิตอย่างนี้ เที่ยงคืนนิมิตอย่างนี้ เช้ามืดลุกมานั่งสมาธินิมิตอย่างนี้ก็เลยเป็นเรื่องสนุกเพลิดเพลินไปกับนิมิตไม่กลัวจะไปท่องเที่ยวถึงไหนก็ช่างหัวมัน เพียงแต่ว่ามันไปประสบกับความฝันในนิมิตเหมือนกันเอง ไม่มีความหมายอะไรหรอก เพราะสิ่งนั้นเกิดขึ้นแล้วก็ดับไป ดับไปตั้งแต่เราตื่นขึ้นมา มันดับไปแล้วไม่มีประโยชน์อะไร แต่บางอย่างเป็นสิ่งที่จับจิตจับใจ เราอย่าลืมว่าการทำสมาธิที่เกิดขึ้นมานั้นมันแฝงมากับธรรมะ นิมิตโดยการนอนก็ตาม

นอนภาวนาหายใจเข้าว่าพุท หายใจออกว่าโธ จนกว่ามันจะหลับ นิมิตนี้จะเป็นธรรมะขึ้นมาเตือนเรา มาบอกทางเรา บอกทางถูกทางผิด ทางดีทางชั่ว นิมิตอะไรก็ตามต้องออกมาเป็นธรรมะได้ทั้งนั้น ให้ทำอย่างนี้ต่อไป บางทีมันจะบอกว่าให้ทำอย่างนี้ ต่อไปให้ทำอย่างนี้ต่อไป แล้วจิตของเราจะเจริญต่อไปเรื่อย ๆ นิมิตนี้ถ้าเรามาว่าออกเป็นธรรมะ บางคนพอจิตรวมลงไปดีแล้ว พอจิตถอนออกมาจิตมันก็ยินดีในความสุข ในสมาธิอยู่ บางคนก็หลงใหลในสมาธิ ชอบสมาธิ นึกว่าปรินิพพาน บางคนนึกว่านิพพาน เพราะมันสงบเย็น อำนาจของสมาธินี่คล้าย ๆ กับคนหมดกิเลส เอ๊ะ! เราหมดกิเลสแล้วหรืออย่างไร อาจจะเข้าใจผิดว่าเราหมดกิเลสแล้ว โดนด่า โดนว่า โดนกระทบกระทั่งขึ้นมาก็ไม่สนใจ นี่เป็นอำนาจของสมาธิเฉย ๆ นะ ไม่ใช่ความจริงนะ ขอให้ทุกคนได้เข้าใจอย่างนี้ ในเรื่องสมาธิบางคนจะหลงอยู่นาน อย่างหลวงปู่เทสก์นะ เคยไปกราบเรียนท่าน หลวงปู่ลักษณะจิตมันเป็นอย่างนี้ จิตมันรวมมันเป็นอย่างนี้ มันก็สบาย ๆ เมื่อเราออกจากสมาธิแล้วเป็นสุขใจอยู่ มันเป็นมันใช้ได้หรือเปล่าถูกทางหรือเปล่าพอมันเห็นนิมิต เห็นนิมิตจิตมันรวมมาก ๆ ลงไป มันจะเย็นทั้งกลางวันกลางคืน เราจะมีใบหน้ายิ้มอยู่ตลอดเวลา เพราะมันอิ่ม มันสุข มันเบิกบาน หลวงปู่ท่านบอกว่า ลักษณะอย่างนี้เป็นเรื่องของสมถะ เป็นเรื่องของสมาธิ จิตรวม จิตเป็นสมาธิเท่านั้นเอง ผมหลงอยู่ในอาการอย่างนี้ถึง 12 ปี ผมนึกว่าเป็นนิพพาน หลวงปู่เทสก์ ตอบหลวงพ่ออย่างนี้ อย่าไปหลงเป็นอันขาด

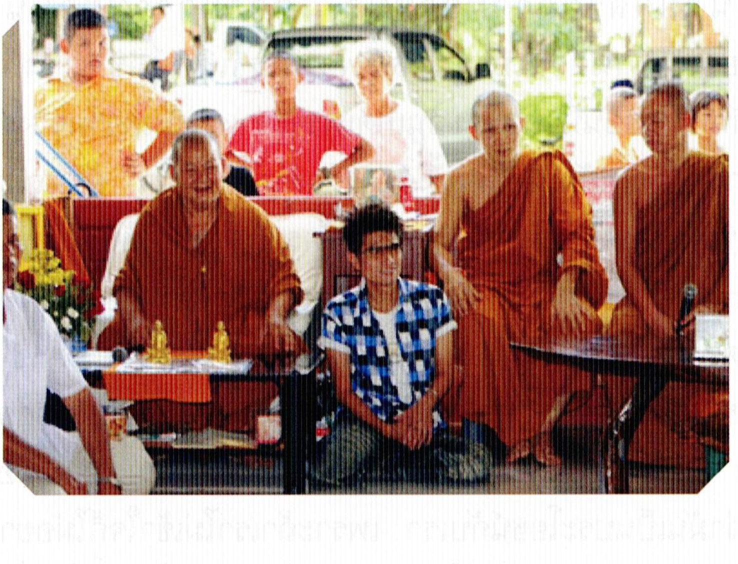
อย่าไปหลงอันนี้อย่าไปเข้าใจผิด แต่ความสงบอันนี้ 12 ปีแนะ ยังคิดว่าเป็นนิพพานอยู่ แต่ที่นี้เมื่อเราไม่ไปเกิดความรัก ไม่ไปเกิดความชั่วสมาธินี้ก็ไม่เสื่อม ทีนี้เมื่อเราไปเกิดไปเห็นบุพเพสันนิวาส เกิดชอบขึ้นมาก็ดี ชอบอย่างจริง ๆ จัง ๆ นะ ทั้งที่ไม่ได้พูดได้จากัน เห็นหน้ากันก็ชอบแล้ว ทั้งหญิงทั้งชายต่างฝ่ายต่างชอบกันโดยอย่างนี้ เกิดจิตมีความชอบสมาธิมันจะเสื่อมแล้วสังเกตให้รู้ว่ามันไม่ใช่นิพพานนี่ถ้าจะรู้จักนะ จะได้รู้จักมันไม่ใช่เรื่องที่จะต้องเอานี่ เราเข้าใจผิดแล้วเข้าใจผิดแล้ว อย่างนั้นจึงได้หันมาใหม่ ถ้าจิตรวมลงไปแล้วท่านบอกว่าให้พิจารณากายของเราอันดับแรก กายมันเป็นรูปธรรมการพิจารณากายนี้แหละเป็นบ่อเกิดแห่งปัญญาอันที่จะเกิดจากสมาธิเรียกว่า "ภาวนามยปัญญา" ปัญญาอันเกิดจากการภาวนาเมื่อจิตรวมเป็นสมาธิแล้ว เมื่อเราเป็นสมาธิแล้วเราก็มาพิจารณากายของเรา อย่างที่เราเคยสวด "ชรา ธัมโมมหิ ชะรัง อะนะตีโต" เรามีความแก่เป็นธรรมดา จะล่วงพ้นความแก่ไปไม่ได้ เป็นไปไม่ได้เราจะต้องแก่ แก่ไปเรื่อย ๆ แก่ทุกวัน ความแก่นี่มันกำลังคืบคลานนะมันเหมือนงู ให้เราพิจารณาเราจะเห็นด้วยสติปัญญาของเรามันเหมือนงูกินเขียด งูกินกบกินเขียดเคยเห็นไหมทุกคนคงเคยเห็นมันคาบขาเขียดได้ เขียดนี้ กบนี้ มันร้อง แอบ ๆ ๆ ๆ งูก็ค่อย ๆ คาบมัดเข้ามัดเข้า มัดไป ลึกไป ๆ ๆ ๆ ๆ จนหมดตัว กลืนลงท้องเอื๊อกเลย ความแก่นี้ก็คืบคลานเข้ามาในตัวของเรา แก่ไป แก่ไป หง่อมไป หง่อมไปพอแก่มาก ๆ แล้วก็ฟันฟาง ผมหงอก ผมขาวหนังเหยี่ยวหนังย่น

มันคืบคลานไปเรื่อย ๆ ผลสุดท้ายมันก็กลืนชีวิตเรา เราตาย เรามีความแก่เป็นธรรมดาแก่แล้วต้องตายอย่างนั้น เมื่อเห็นชัดด้วยปัญญาเหล่านี้จะไม่ประมาท เราจะไม่ประมาท ก่อนที่เราจะตายเราต้องทำคุณงามความดีนี้ให้ได้ ทำความเห็นให้ตรงนี้ เรามีความเกิดเป็นธรรมดาเหมือนพระพุทธเจ้าว่า มีความแก่เป็นธรรมดา และเรามีความตายเป็นธรรมดา ก่อนที่มันจะตายนี่ "ชรา ธัมโมมหิ ชะรังอะนะตีโต" เรามีความแก่เป็นธรรมดา "พยาธิธัมโมมหิ พยาธิงอนตีโต" เราความเจ็บไข้เป็นธรรมดา ขณะที่ยังไม่เจ็บไข้เรายังมีโอกาสที่จะทำคุณงามความดี ทำสมาธิภาวนา สร้างกุศลให้เกิดกับจิตของเราได้ แต่ถ้า "พยาธิธัมโมมหิ พยาธิงอนตีโต" ถ้าพยาธิทำ ความเจ็บไข้ได้ป่วยเกิดขึ้นมาแล้วหมดสิทธิ์ในการที่จะมาฝึกฝนอบรมสมาธิภาวนา มันจะเห็นอย่างนี้ ปัญญาเกิดอย่างนี้ เห็นอย่างนี้ เมื่อมีสมาธิแล้วเราก็เอามาคิด ปัญญาเกิดจากการคิดนี่แหละ บางคนมันไม่ได้เกิดเพราะเราเอาเรื่องเหล่านี้มาคิดนะ มันจะเกิดรู้ว่าอันนี้เป็นอย่างนี้ ๆ ๆ อันนี้เป็นอย่างนี้ ๆ ๆ ไปเลย บางคนต้องเอามาคิดอีกทีนี้อย่าง ชรา พยาธิ มรณะ ความตายนะและพิจารณาต่อไปว่าเราจะต้องพลัดพรากจากสิ่งอันเป็นที่รักที่ชอบใจทั้งสิ้นไป เออ จริงซิวะ เราจะต้องจากของรักของหวง จะหวงจะห่วงใยอย่างไรก็ต้องพลัดพรากจากสิ่งเหล่านั้นไป เมื่อมันไม่พรากจากเราไป เราก็ต้องพรากจากไปคือเราตายจากมัน จะเป็นลูกเป็นหลานเป็นบ้านเป็นช่อง เป็นไร่นาสาโทอะไรต่าง ๆ มันใช่ของเราจริง ๆ เลย

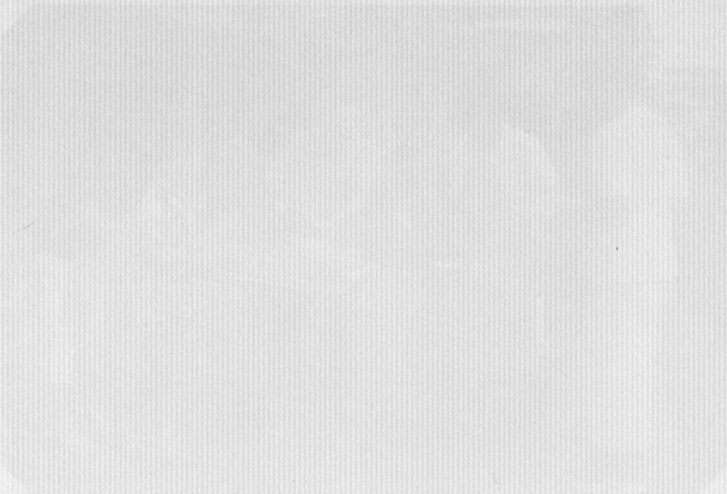
มันก็เกิดความรู้สึกขึ้นมา พอเกิดความรู้สึกขึ้นมาอย่างนี้ จิตมันจะเกิดความเบื่อหน่ายคลายกำหนัด เรามาหลงงมงายอยู่ทำไม ทุกสิ่งทุกอย่างไม่ใช่ของเรา เราจะอาศัยมันอยู่ชั่วครู่ ชั่วคราวเท่านั้นเอง ซึ่งชีวิตของเราจะต้องตายเท่านั้นเอง เราจะต้องพลัดพรากจากมันไป ทั้งที่เป็นสิ่งที่รักและไม่ใช่สิ่งที่รักของเรา เราก็ต้องพลัดพรากจากสิ่งเหล่านั้นไป อันนี้เหละให้เราเห็น เราจะพลัดพรากจากสิ่งที่เป็นที่รักที่ชอบใจทั้งสิ้นไปแล้วก็รู้พิจารณาว่าเรามีกรรมเป็นของ ๆ ตน มีกรรมเป็นผู้ให้ผล มีกรรมเป็นแดนเกิด มีกรรมเป็นผู้ติดตาม มีกรรมเป็นที่พึ่งอาศัย มีกรรมเป็นแดนเกิด มีกรรมเป็นผู้ติดตาม มีกรรมเป็นที่พึ่งอาศัย มีกรรมเป็นแดนเกิดหมายความว่ามีการกระทำ การกระทำของเราจะเป็นการกระทำทางกายก็ตาม การกระทำนี้มีกระทำดีและกระทำไม่ดี การทำดีทำทางกายก็ตาม ทำทางวาจาก็ตาม ทำทางใจก็ตาม ถ้าทำดีอย่างทำสมาธิภาวนานี่เรียกว่าทำดีทางใจ สร้างดีทางใจ อย่างพระพุทธเจ้าสร้างดีทางใจก่อน สร้างดีทางวาจา คือ พระพุทธเจ้าสั่งสอนธรรมนี่เป็นการสร้างดีทางวาจา เพราะว่าผู้ที่ได้ฟังธรรมจากพระพุทธเจ้านั้นก็ได้บรรลุธรรมพ้นจากทุกข์ทั้งปวงไปได้เพราะการได้ยินได้ฟังพระพุทธเจ้าใช้วาจาของพระองค์ท่านจากนั้นก็มีพระสงฆ์สาวกผู้ปฏิบัติดีปฏิบัติชอบก็ประพฤติปฏิบัติตามรอยยุคลบาทพระศาสดาสืบทอดมาจนถึงเราทุกวันนี้ ให้เราพิจารณาอันนี้กรรมดี กรรมทางวาจา กรรมทางกายก็อย่างที่เรามาทำนี่แหละเข้าวัดไหว้พระ สวดมนต์ นั่งสมาธิภาวนารักษาจิตเพื่อพิชิตความมืด

สำหรับเรามาฝึกอบรมสมาธินี่แหละเรามีกรรมเป็นของของตน ถ้าทำกรรมชั่วทางกาย ทางวาจา หรือทางจิตใจแล้วมันจะต่างกันมันจะมองเห็น คำว่ามีกรรมเป็นของของตนหมายความว่า เราทำกรรมอะไรไว้เราจะได้รับผลของกรรมนั้น จะเป็นบุญหรือเป็นบาปเราก็สวดกันทุกวัน แต่ว่าถ้าเราไม่เอามาคิด ไม่เอามาวิเคราะห์จะไปรู้เรื่องได้อย่างไร ก็กลายเป็นสวดเป็นนกแก้วนกขุนทองไป ไม่รู้ว่าอะไรถูกอะไรไม่ถูก เราก็ไม่รู้จัก ก็ให้เข้าใจตามที่บรรยายมานี้ เรามาวิเคราะห์เดี๋ยวมันจะเกิดปัญญา พอจิตเรายอมรับ โอ๋ พระพุทธเจ้าพูดไว้จริงหนอเป็นความจริงทั้งนั้นเลย พอเรารู้เป็นความจริงแล้วเราก็จะเกิดความเบื่อหน่ายคลายความกำหนัด คลายความยึดมั่นถือมั่นทำลายอุปาทานตัวที่เป็นกิเลสที่พาให้เราเกิดทุกข์ เราก็จะเกิดสุขได้ทันที สุขอันนี้แหละสุขอันเกิดเพราะว่าเราเห็นความจริงว่าทุกสิ่งทุกอย่างเพียงแต่มันเกิดขึ้น ตั้งอยู่ แล้วดับไปเท่านั้น ลักษณะอย่างนี้เป็นสิ่งที่เราท่านทั้งหลาย เมื่อเรามาวิเคราะห์ดูแล้วให้ประโยชน์และให้คุณค่ามหาศาลแก่ชีวิตจิตใจของเรา แก่ชีวิตจิตใจของหญิงของชายทุก ๆ ดวงเลย สำหรับผู้เอามาคิด เอามาวิเคราะห์ เอามาใช้ เอามาทำนี่แหละเราเรียกว่าปัญญา "ภาวนามยปัญญา" ปัญญาเกิดจากการภาวนา อันนี้เราเข้าวัดเข้าวาต้องสมควรจะต้องรู้ สมควรจะต้องเข้าใจเพราะว่ามันเป็นประโยชน์กับเรา เพราะถ้าเราไม่เข้าใจก็ไม่อยากจะทำแล้วไม่คิดว่ามันจะสร้างสุขให้กับเราได้ก็เลยหลงใหลไปในเรื่องอื่น ๆ ภาวนาไปเถอะจะยืน เดิน นั่ง นอน พระพุทธเจ้าให้ภาวนาทั้งนั้น

นึกบริกรรมไปเรื่อย ๆ พุทโธ พุทโธ ไปเรื่อย ๆ อานิสงส์มันจะเกิดช่วงใดช่วงหนึ่งจนได้ ปัญญามันมันจะต้องเกิดจากการภาวนาของเราอย่างแน่นอน พระพุทธเจ้าพูดไว้ไม่ใช่เรื่องโกหกเป็นเรื่องจริงทั้งนั้น แล้วแต่ว่าเราจะทำหรือไม่ ถ้าเราไม่ทำแล้วมันจะเกิดได้อย่างไร







# นครกาย นครแห่งปัญญา

เขาเอานามธรรมมาคิดดูเรื่องของรูปธรรม เห็นไหม เอาใจมาคิดดูเรื่องกาย เอาใจมาค้นดูเรื่องของกาย แล้วมันจะได้รู้จักเอาใจมาคิด กายหรือใจเป็นของมันภาษาหนึ่งเรียกว่ารูปธรรมหรือนามธรรมกันแน่ ควรจะเรียกว่าเรา แต่ที่จริงแล้วพอมันมาค้นดูกายในรูปธรรมมันเป็นสมบัติของบิดามารดา ที่สร้างขึ้นมา มันมาจากไหน นามธรรมอันนี้แหละ มันมาสิงอยู่สถิตอยู่ มาอาศัยเรือนร่างนี้ เรียกว่ารูปธรรม ภาษาโลกก็จะเรียกว่า มนุษย์สมบัติ สมบัติมนุษย์นี้สร้างขึ้นมาคือบิดามารดาร่วมสร้างขึ้นมา คือเป็นรูปธรรมขึ้นมา แต่ส่วนนามธรรมไม่รู้มาจากไหน บางทีก็มาจากนรก บางทีก็มาจากเปรต อสุรกาย จากสัตว์เดรัจฉาน ที่เขาหมดอายุขัยแล้ว คือดิ้นรนเมื่อหมดจากนรก สวรรค์ จากสัตว์เดรัจฉาน จากอะไรต่างๆ เหล่านี้ พอหมดกรรมจากนั้นจะแสวงหาร่างเพื่อสร้างบารมีให้กับตัวให้กับตนเอง อันนั้นคือ วิญญาณ ก็จะแสวงหาว่ามาอาศัยร่างของมนุษย์ ถ้าบุญยังน้อยอยู่ เขามาอาศัยร่างมนุษย์ก็ไม่ได้ เป็นร่างสัตว์เดรัจฉาน ไปยินดีไปเกิดในสัตว์เดรัจฉาน ก็ยินดีในสัตว์ จะเห็นว่าสุนัข เขาก็จะยินดีในเรือนร่างของเขา ไก่ เขาก็ยินดีในเรือนร่างของเขา ตามที่พวกมันไปได้เรือนร่าง แต่ถ้ามันมาได้โอกาสเกิดในมนุษย์ ถ้าได้อยู่ในเรือนร่างของชายก็ยินดีในเพศชาย ถ้าเรือนร่างไปอยู่ในเพศหญิงก็พอใจอยู่ในเรือนร่างของหญิง ที่จริงใจไม่มีหญิง ไม่มีชาย หญิงชายก็ชื่อว่าเป็นรูปธรรม ตัวนี้เข้ามาอาศัยอยู่นั้น คือ ตัวใจ ตัวจิต ตัววิญญาณ ตัวนามธรรม มันไม่มีหญิง ไม่มีชาย

มันสามารถเข้าไปอยู่ในร่างกายของหญิงในร่างของชายก็ได้ทั้งนั้น เมื่อเข้าไปอยู่แล้ว กลับมาหลงใหลในเรือนร่างเก่าว่าเป็นเรือนร่างของเขา โดยไม่ได้สร้างบารมีให้กับใจของตนเอง เลยหาทางพ้นทุกข์ให้กับตนเองไม่ได้เลย ก็เลยมายึดมั่นในตัวเราของเราอย่างที่เราทำวัตรเช้า เห็นว่า พระพุทธเจ้าสอนสาวกทั้งหลายให้รู้ว่า

- รูป อนิจจัง รูปเป็นของไม่เที่ยงแท้ เราลองพิจารณารูปไม่เที่ยง
- เวทนา อนิจจา เวทนานั้น มันเกิดจากการสัมผัสทั้ง ๖ จะเป็นสุขเวทนา เวทนานั้นไม่เที่ยงเกิดขึ้นแล้วก็ดับไป
- สัญญา ความจำว่านั้นดีไม่ดี นั้นสวย นั้นไม่สวย นี้ทุกข์ นี้สุข นั้นไม่เที่ยง สัญญานั้น สังขาร การปรุงแต่ง
- สังขารก็ไม่เที่ยง
- วิญญาณัง อนิจจัง วิญญาณก็ไม่เที่ยง

เห็นไหม ถ้าเรามองดูในความเป็นธรรม มันจะเป็นอย่างนั้น ถ้าเราไม่มองอย่างนี้ ไม่เห็นธรรมเลย เราปฏิบัติก็ปฏิบัติเปล่าอยู่ เราก็ย้อนกลับมาอีกว่า รูปังอนิจจัง เวลาเราสวด เวทนา อนัตตา ทุกสิ่งทุกอย่างไม่ใช่ตัวตน แต่เรายังไปฝืนไปดื้อดันทุรัง รูปก็เรา สัญญาก็เรา วิญญาณก็เรา ทั้ง ๆ ที่สวดก็สวด ก็รู้อยู่ว่ารูปไม่ใช่ตัวตน เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณไม่ใช่ตัวตน ก็สวดแต่ปาก

ให้เราเห็นตามความเป็นจริงนั้นคือความเป็นจริง ว่ารูปเวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณนั้นไม่ใช่บุคคล ไม่ใช่ตัว ไม่ใช่ตนเรา ไม่ใช่เขา นี้คือสัจธรรม นี่คือความเป็นจริง ทั้งเราจะรู้ต้องทำความเข้าใจ ถ้าเราไม่เข้าใจอย่างนี้ ก็หาว่าธรรมเป็นของลึกซึ้ง ของละเอียด ยากที่จะรู้ได้ ยากที่จะเห็นได้ มันยากตรงไหน รูปธรรม ก็นั่งตรง ๆ ลูบไปบนหัวก็ถูก ลูบไปไหนก็ถูก ลึกตรงไหน มันละเอียดตรงไหน นั่งอยู่ตรงนี้ นามธรรม อาจละเอียด ว่ามีแต่อาการ นามธรรม มีแต่นาม แต่ชื่อตัวจริง ตรงนี้มองไม่เห็นรูปมองเห็นด้วยตา จับต้องด้วยมือได้ แต่นามจับต้องไม่ได้ มีแต่แสดงอาการให้รู้เท่านั้น อาการชอบ อาการไม่ชอบ อาการโมโห การยิ้มแย้มแจ่มใส มันแสดงอาการให้เห็นเฉยๆแต่ตัวมันมองไม่เห็นจับต้องไม่ได้ แต่พอรู้เกิดอาการเกิดมันมาก็แสดงอาการเหล่านั้นคือนามธรรม สิ่งที่เราต้องหาคือสิ่งนี้แหละ อย่างนี้แหละรู้ธรรมะ อย่างนี้แหละเห็นธรรมะ อย่างนี้เรียกว่า เจริญวิปัสสนาเบื้องต้น เจริญสมถะ คือการที่เราเตรียมตัว เตรียมจากการเตรียมตัวแล้วก็พุทโธ ๑ พุทโธ ๒ ต่าง ๆ เหล่านี้ เป็นเจริญสมถะ แต่การมาคิดว่าค้นอย่างนี้พูดอยู่ตอนนี้ เรียกว่า เจริญวิปัสสนา ขอให้ทำความเข้าใจตอนนี้ให้ดี ๆ วิธีฝึกและการฝึกนี้ เราได้นำมาพูดมาสอน หมายความว่าสอนให้พวกเราทุกคนได้เป็นครู สอนกรรมฐาน และให้เราเป็นครูของตัวเอง เป็นนักเรียน เราเป็นครู เราเป็นนักเรียนเรียนเอง เรียนเอาเอง สอนเอาเอง ให้คะแนนตนเองรู้หรือไม่รู้นั้นแหละให้คะแนนตัวเราเอง เข้าใจหรือไม่เข้าใจ

เราก็ให้คะแนนเราถูก เราเห็นรูปธรรม เราเห็นนามธรรม แบบไหน แบบเป็นของเราหรือว่ารูปธรรมไม่ใช่เรา ไม่ใช่ของเรา เรานั่นแหละ เป็นผู้ตัดสิน เป็นผู้เรียน เป็นนักเรียน เป็นครู เป็นผู้ตัดสินอยู่ในตัว ผู้ตัดสินก็จะเกิดขึ้นผู้ตัดสินให้ยึดก็มี ผู้ตัดสินไม่ให้ยึดก็มี เรายังอยู่กับผู้ตัดสินนี้สั่งให้เรายึดหรือไม่ หรือผู้ตัดสินให้เราเห็นความเป็นจริงไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล ไม่ใช่เรา ไม่ใช่เขา เราอยู่ในสภาวะอะไร เราย่อมรู้ดีกว่าคนอื่น ใครจะมารู้เท่าเรา เราโกรธ เรารักใคร ใครจะมารู้ เรารู้อยู่เต็มอกของเรา นามธรรมของเราธรรมทั้งหมด ทุกสิ่งทุกอย่างเป็นธรรมชาติ ในส่วนรูปธรรมก็เป็นธรรมชาติ สิ่งหนึ่งในนามธรรมก็เป็นธรรมชาติมองดูให้ดี ๆ ก็เป็นธรรมชาติ เป็นธรรมดา เป็นของไม่ลึก เป็นของธรรมดา ก็ธรรมชาติอันนั้น เป็นอย่างนั้น ธรรมชาติอย่างนี้ เป็นธรรมชาติของเรา มันไม่ลึกเลย ของมุมนี้ หลายมุมมอง ที่ไปมองเป็นของยากของเย็น เลยไม่ต้องทำเลยไม่ต้องคิด ไม่ต้อง วิเคราะห์ ไม่ต้องมองเห็น ไม่เกิดปัญญา นครกายถ้าเรามาพิจารณาก็เป็นนครแห่งปัญญา ถ้าเราไม่ได้คิดไม่ได้พิจารณาก็กลายเป็นนครแห่งความลุ่มหลง เลยกลายมาเป็นนครแห่งความหมกมุ่น และก็เพลิดเพลินอยู่กับกายนี้ จนมันตายแล้วเกิดใหม่ ได้กายใหม่มาก็มาเพลิดเพลินหมกมุ่นเหมือนเดิม หนีไม่พ้น เกิด แก่ เจ็บ ตาย เลยมา วก ๆ วน ๆ อยู่แบบนี้ ฉะนั้นผู้ที่เห็นความจริงเท่านั้น จึงจะเบื่อหน่ายในเรือนร่าง ขี้เกียจมาหาเลี้ยงมัน ขี้เกียจมาหายารักษามัน ขี้เกียจเกิดมาเพื่อแก่ เพื่อเจ็บ เพื่อตาย

เบื่อการปวด เบื่อการตาย เบื่อการไข้ เบื่อการทรมาน เบื่อการทะเลาะวิวาท ไม่อยากมาเกิดใหม่ นั่นคือผู้มีปัญญาจะมองเห็นอย่างนั้น นั่นแหละผู้ได้ดวงตาเห็นธรรมได้เห็นความเบื่อหน่าย และไม่อยากมาเกิด เบื่อไม่อยากมาเกิด มันมาเกิดได้เพราะอะไร เพราะมีความถือมั่น ถ้าไม่ถือมั่น ก็ไม่มีโอกาสที่จะมาเกิดได้ เพราะสลัดมันออกไปแล้ว วางออกไปแล้ว ก็ไม่ยึดมั่นที่จะมาเกาะติด ก็จะมีมีที่ต้องมาเกิดอีกแล้ว ไม่มีตัณหา ไม่มีอุปสรรคอุปาทาน พ้นจากตันหา พ้นจากอุปาทาน ไม่มีอุปาทานก็พ้นแล้วเหมือนกระดานดำ

ถ้ามีกระดานถ้าเขียนหนังสือไว้มันก็ติด มันก็เกิดเป็นตัวหนังสือทั้งนั้น แต่ถ้าเอากระดานออก มันเกิดไหม เขียนใส่อากาศมันเกิดไหม เรามีอุปาทานเป็นกระดาน ที่ทำให้เกิดทั้งทุกข์เกิดทั้งเสียใจมันเขียนขึ้นมา คล้ายว่ามันเกิดและดับไป ไม่มีติดค้างอยู่ ถ้าเราเขียนใส่อากาศ มีกระดานมันจะมีตัวหนังสือค้างเหลืออยู่ แต่ถ้าไม่มีกระดานก็มีแต่รูปของมัน แล้วมันก็ดับไป เมื่อเราไม่มีอุปาทาน ไม่มีอุปาทานในนามขันธ์ เช้าวันนี้ก็คงหมดเพียงเท่านี้ การทำสมาธิตั้งแต่ ท่าที่ ๑ ที่ ๒ ที่ ๓, ๔, ๕, ๖ และก็ท่ายืนภาวนา ก็มาทำแล้วช่วยจำไว้ด้วย เรามาฝึกเป็นครูเพื่อสอนเราต่อไป สอนเราจนมันเข้าใจในธรรมะถึงจะหยุด ถ้าตราบใดเรายังไม่เข้าใจในธรรมะ ก็ต้องเอาไปสอนตัวเราเรื่อย ๆ และก็พร้อมที่จะสอนผู้อื่นได้ อันนี้คือความตรง ความเห็นถูก ถึงเรา

ยังไม่เข้าถึงธรรมะ เราก็สามารถนำไปสอนผู้อื่นได้ แนะนำคำสอนผู้อื่นได้ ผู้อื่นอาจเกิดดวงตาเห็นธรรมก่อนเราก็ได้ แต่เราได้ข้อปฏิบัตินี้ไปสอนอยู่ก็ยังอยู่ยังดี แต่ถ้าเราไม่มีข้อปฏิบัตินี้มันจะไม่ได้อะไร สอนใครก็ไม่ได้ สอนตนเองก็ไม่ได้ ถ้าไม่เข้าใจ แต่ถ้าเราเข้าใจแล้ว อย่างน้อยที่เราทำเป็นหลักสูตรมาเนี่ยมันมีวิธีปฏิบัติยังมีอยู่ ยังได้เดินทางไปหาความพ้นทุกข์ได้อยู่ ตราบใดที่ยังเจริญมันอยู่ ยังทำมันอยู่ ยังปฏิบัติมันอยู่ ความพ้นทุกข์มันไม่ได้ไปไหน มันรอเราอยู่ใกล้ ๆ อยู่แค่เอื้อมมือเราเห็นกระจ่างขึ้นมาทันใด เมื่อใดก็พ้นจากทุกข์ทั้งปวงไปได้เมื่อนั้น จริง ๆ แล้วเมื่อเราลองมาวิเคราะห์ว่าสิ่งที่นึกถึงแล้วได้ก็มี สิ่งที่นึกแล้วไม่ได้ก็มี ไม่ใช่ว่าได้ทั้งหมด แต่สิ่งที่ได้แน่ ๆ ก็คือ เมื่อมันนึกรักใครมันก็จะได้ความรักก็ดี เมื่อมันนึกโกรธใครมันก็ได้ความโกรธก็ดี มันนึกริษยาอาฆาตผู้ใด มันก็จะได้ความริษยา อาฆาต ไม่ได้รอเวลา ใจของเราเป็นอย่างนั้นหรือเปล่า ถ้ารู้ว่าใจของเราเป็นอย่างนั้น บางทีมันไปนึกถึงความโกรธ ครั้งเมื่อเราทะเลาะวิวาทกันนมนาน เราไปนึกถึงความโกรธ ความโกรธเข้ามาอยู่ในใจเลยทำให้เราเจ็บปวดและร้อนที่ใจของเรา เราไปนึกเอาความโกรธ เรานึกสิ่งใดก็ได้สิ่งนั้นใช่หรือเปล่า นึกถึงความโกรธได้ความโกรธใช่หรือไม่ แต่ทีนี้เรามาวิเคราะห์ดูซิว่า ถ้าเรานึกอย่างนั้นมันมีประโยชน์ไหมล่ะ มันมีประโยชน์กับตัวเราไหม ไม่ต้องไปคิดถึงคนอื่น เราต้องนึกถึงสภาพของเราก่อน ถ้าเรานึกถึงว่าหรือถ้าเรานึกแล้วเนี่ยเป็นประโยชน์แก่ตัวเราไหมมันให้สุขหรือให้ทุกข์แก่เรา ต้องวิเคราะห์นะ

มันต้องนึกในสิ่งที่มีประโยชน์ หรือนึกในสิ่งที่ไม่มีประโยชน์ อย่าปล่อยให้มันไปนึกถึงสิ่งที่ไม่มีประโยชน์ ถ้ามันจะนึกถึงก็ให้มันนึกถึงสิ่งอันจะเกิดประโยชน์นี่แหละคือแก้วสารพัดนึกของเราทุกคน ถ้าเรามองมุมนี้แล้วเนี่ย มันเป็นสิ่งที่เราแก้ไขได้ ปรับปรุงได้แก้ไขได้ ไม่จำเป็นที่เราต้องไปงมโข่งอยู่กับควาทุกข์ ความเดือดร้อน ไม่ว่าจะเป็นสิ่งต่าง ๆ ที่เรานึกถึงขึ้นมาที่ให้ความทุกข์แก่เรา ความโลภ ความโกรธ ความหลง ความโมโห ความโทโส ความอิจฉา ความพยาบาท ล้วนแต่ให้ความทุกข์ทั้งนั้น แม้กระทั่งมานึกถึงขันธ์ พระสัมมาสัมพุทธเจ้าให้รู้จัก ขันธ์ ขันธ์ก็คือตัวเรา ถ้าตัวเรา เราเรียกว่าขันธ์ ๕ ขันธ์ ๕ ก็คือ รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ รูปเนี่ยคือตัวเรา ตัวเรานี่แหละทำอย่างไรจะให้ของเขาไปนึกว่าคือ รูป รูปคือ ธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุลม ธาตุไฟ อย่าให้แก้วสารนึก มันไปนึกว่ารูปนั่นคือรูปลักษณ์ รูปนี้คือตัวเราตัวเค้าก็ปล่อยให้นึกแบบนี้มันก็จะเป็นเหตุให้เกิดทุกข์ การที่เข้าไปนึกว่าเราเป็นของเรานั้น อันเป็นสมุทัย เหตุให้เกิดทุกข์นะ ถ้าไปเห็นรูปว่ารูปขันธ์ก็คือรูปขันธ์ รูปขันธ์มันเป็นธรรมชาติที่มันเป็นของไม่เที่ยงเกิดขึ้นตั้งอยู่ดับไปเหมือนกันหมด เขาคนนั้นก็เป็นอย่างนั้น ตัวเราก็เป็นอย่างนั้น เอาแก้วสารพัดนึกของเรามา แบบนี้มันจะได้ประโยชน์มหาศาล หรืออาจจะแยกก็แยกออกมาเป็น ธาตุ 4 คือ ธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุลม ธาตุไฟ ธาตุดินก็เห็นเป็นธาตุดิน ธาตุน้ำก็เห็นเป็นธาตุน้ำ อย่าให้แก้วสารพัดนึกนี้ ไปนึกว่าธาตุดินคือเรา ธาตุน้ำก็เรา

ธาตุลมก็เรา ธาตุไฟก็เรา อย่าให้ไปนึกเช่นนั้น ถ้านึกเช่นนั้นเป็นเหตุให้เกิดสุขและเกิดทุกข์ เพราะถ้าเข้าไปปล่อยให้แก้วตัวนี้เข้าไปนึกว่าเป็นเรา จะให้แก้วของเราไปนึกว่าเป็นธาตุ เป็นสภาวะธาตุ คือ รูปธาตุ นามธาตุ ก็คือ เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ เวทนาคือความสุข ความทุกข์ ความไม่สุข ไม่มีทุกข์ อาการ 3 อย่างนี้เรียกว่า เวทนา เวทนานี้แหละจะสุข จะทุกข์ หรือไม่สุข ไม่ทุกข์ก็ตามอาการ 3 อย่างนี้ แก้ว 3 อย่างนี้ มักจะตาม สุขก็ว่าเราสุข ทุกข์ก็ว่าเราทุกข์ ไม่สุข ไม่ทุกข์ ก็ว่าเราเฉย ๆ ไม่เห็นเราจะเป็นสุขเป็นทุกข์อะไรกับมัน ไม่ว่าเราให้แก้วของเราไปตามที่เรียกนั้น ถ้าตามเรียกอย่างนั้น มันก็จะเป็นบ่อเกิดแห่งทุกข์ เป็นสมุทัย เป็นเหตุให้เกิดทุกข์ ครั้นไปดูเวทนา ไปดูสัญญา สัญญาก็คือความจำ จำรูป จำเสียง จำกลิ่น จำรสได้ จำสีเขียว สีแดงได้ อันนั้นนั่นคือความจำ สัญญาทำอย่างไรเราจึงเห็นเป็นสัญญา ทำอย่างไรจะให้แก้วของเราไปนึกว่าเป็นสัญญา ไม่ใช่เรา ไม่ใช่ความจำของเรา เราจำได้ เรารู้ว่าสีเหลือง เรารู้ว่าสีดำ อะไรต่าง ๆ เหล่านี้ ทำไมไม่ให้มันเห็นตามความเป็นจริง สีเหลืองก็คือสีเหลือง รูป เสียง กลิ่น รส ก็คือ รูปเสียง กลิ่น รส ไม่มีเราเข้าไปปะปน คือแก้วของเราเนี่ย ไปนึกว่ารูปก็คือรูป มิใช่เรา เห็นรูปมิใช่รูป เห็นเรา รูปก็คือรูป เป็นเรื่องของรูป รูปไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล เวทนา สัญญา สัญญามันเป็นความจำเฉย ๆ สังขารคือความปรุงแต่ง คือความคิดของเราแต่ความปรุงแต่งของร่างกายมันปรุงแต่งตั้งแต่

เราเกิดมา ปรุงแต่งจากเด็กก็ทำลายเด็กให้หายไป หยิบยื่นความเป็นหนุ่มเป็นสาว วัยชรา ท้ายที่สุดก็มรณะตาย คือ ความตาย วิญญาณทำรู้มันทำหน้าที่รู้เฉย ๆ เวลาตาย เห็นรูปมันก็รู้ว่าเป็นรูปเฉย ๆ นี่แหละคือวิญญาณ เรียกว่า จักษุวิญญาณ ถ้าหูได้ยินเสียงพอมีเสียงมันเข้ามาฟังหรือไม่ฟังมันก็ได้ยิน จะเป็นเสียงเพลง เสียงดังเสียงด่า คำชมต่าง ๆ ถ้ามีเสียงมันได้ยินเลยหู ดังนั้นโสตวิญญาณเกิดขึ้น เสียงใดก็ตามเป็นโสตวิญญาณเป็นวิญญาณที่เกิดขึ้นตามตาตามหู ตามจมูก ถ้าจมูกได้กลิ่น ไม่ว่าจะเป็นกลิ่นหอม กลิ่นเหม็นมันก็รู้เฉย ๆ ชิวหาวิญญาณ ก็คือ ถ้าเรารู้รสอะไร เค็ม หวานเผ็ด เปรี้ยว กายวิญญาณ กายน่ะ ถ้ามีอะไรมาสัมผัสกับกายมันก็จะรู้ เช่น ลมมาสัมผัส รู้ว่าเป็นลมแหละ แต่ถ้าสัมผัสกับร้อนมันก็รู้ว่าร้อน แต่วิญญาณต่าง ๆ นี้ ให้เรามองสภาพความเป็นจริงอย่าไปถือมั่นว่าเป็นของเรา เรารู้เราเห็น เราได้ยิน เราได้กลิ่นลิ้มรส เราได้สัมผัสอันนี้ อย่าให้แก้วของเราเนี่ย อย่าไปนึกถึงว่าเราให้แก้วของเราไปนึกว่าจักษุวิญญาณได้เกิดขึ้นแล้ว หู หูได้ยินเสียง โสตวิญญาณเกิดขึ้นแล้ว จมูกได้กลิ่น ฆานะวิญญาณเกิดขึ้นแล้ว ลิ้นลิ้มรส เห็น ชิวหาวิญญาณเกิดขึ้นแล้ว พระพุทธเจ้าเห็นอย่างนี้ เพราะเอาแก้วของพระองค์มานึกอริยสงฆ์สาวกทั้งหญิงทั้งชายที่ได้บรรลุธรรมตามสัมมาสัมพุทธเจ้า เพราะได้เอาแก้วของตนเอามานึก ตัดคำว่า เรา อยากนี่ซะแหละให้เอาแก้วของเรานึกอย่างนั้นมันจะมีประโยชน์มหาศาลกับชีวิตของเราเอาไปนึกยังไง มันก็จะได้อย่างนั้น



# วันแม่แห่งชาติ

มื้อนี้เป็นวันแม่วันแม่แห่งชาติหลวงพ่อเลยถือโอกาสเชิญคุณแม่ทั้งหลายมาปลุกเสกให้หลวงพ่อให้หลวงแม่มาปลุกเสกหลวงพ่อ(หัวเราะ)

วันนี้ถือว่าเป็นวันสำคัญเป็นวันแม่ก็เลยเชิญคุณแม่มาปลุกเสกนาน ๆ ที ก็ถือว่าเป็นโอกาสดีวันแม่ปีหนึ่งมีครั้งเดียววันเดียว คือวันนี้วันเดียวเท่านั้นเองไม่มีอีกแล้วปีนี้ 365 วัน มีแค่วันเดียวถ้าวันเดียวเป็นวันแม่ เราจะเอาคุณงามความดีให้กับตัวเราสมกับเรียกว่าเป็นวันแม่ได้ไหม ตรงนี้แหละตรงนี้ เพราะเราเป็นแม่ถือว่าอะไรก็ขาดแม่ไม่ได้จะเป็นอะไรก็ถือว่าใหญ่ที่สุด ก็คือแม่น้ำก็ใหญ่ที่สุดนะ ถ้าทหารก็แม่ทัพ ถ้ามีบ้านก็แม่ครัวถ้าไม่มีแม่ครัวก็อดผอมแห้ง(หัวเราะ) ถ้าเป็นพระก็ต้องอาศัยแม่ออก ถ้าไม่มีแม่ออกก็อาจจะไม่ได้กินข้าวก็ได้ เพราะว่าพ่อไม่ได้ใส่บาตรมีแต่แม่ออกสำคัญมากแม่ออก (หัวเราะ) พระมีชีวิตอยู่ได้ก็เพราะแม่ออกนะจะบอกให้เราคิดให้ดีเป็นวันแม่ด้วย เราก็ควรทำตัวของเราเป็นแม่ตัวอย่างแก่ลูกหลานของเรา วันแม่แห่งชาติก็คือว่าวันนี้วันที่ 12 สิงหาคมเป็นวันคล้ายวันเกิดของสมเด็จพระนางเจ้าพระบรมราชินีนาถจัดได้ว่าเป็นแม่แห่งแผ่นดิน แต่แม่แห่งแผ่นดินอีกคนหนึ่งที่ไม่อยากให้เราทุกคนลืมมองเขาไปไกล ผู้หญิงที่ยืนอยู่ข้างเสานะนั้นมีบูรพมหากษัตริย์ห้าแผ่นดินอันนั้น เป็นกษัตริย์ เป็นราชินีนั้นก็ถือว่าแม่ของแผ่นดินองค์หนึ่งเหมือนกันนะเราจะเห็นเขาเขียนไว้ว่าบูรพมหากษัตริย์ห้าแผ่นดินทั้งห้านี้เป็นมหากษัตริย์สร้างเมือง

อยู่ที่หริภุญไชยจังหวัดลำพูน องค์ต่อมาก็อยู่ที่สุโขทัย องค์ต่อมาก็อยู่ที่อยุธยาและก็มาอยู่รัตนโกสินทร์และก็มาอยู่ที่ธนบุรีและองค์ปัจจุบันอยู่ที่กรุงเทพมหานครแต่ว่าแผ่นดินเดียวกัน ไม่ใช่คนละแผ่นดินนะ แต่เขาบอกว่าบูรพมหากษัตริย์ห้าแผ่นดินหมายความว่าเมืองหลวงแต่ละแห่งแต่ละพระองค์อยู่ต่างกัน อยากให้เรามองย้อนไปหลายๆปีกษัตริย์องค์นี้เป็นกษัตริย์ที่มีคุณธรรมเป็นผู้ครองแผ่นดินโดยธรรมเป็นแม่ที่ประเสริฐที่สุด ครองแผ่นดินโดยธรรม นำกองทัพธรรมไปแผ่และเคลื่อนทัพธรรมไปสู่หริภุญไชย

เดิมอยู่ที่ลพบุรีเมืองหลวงอยู่ที่ลพบุรี แต่ไปครองเมืองอยู่ลำพูนไปสร้างเมืองอยู่ที่ลำพูน คือ พระนางจามเทวีศรีหริภุญไชย พระนางจามเทวีเป็นนามที่เรียกพระองค์ พระองค์ทรงปกครองโดยธรรม พระองค์ทรงเสด็จออกเยี่ยมประชาชนไปถามสารทุกข์สุขดิบแล้วให้พสกนิกรตั้งอยู่ในศีลห้าปฏิบัติธรรม นี้คือแม่แผ่นดินอย่างแท้จริง ให้พสกนิกรเข้าถึงไตรสรณคมน์ถือศีลห้าและปฏิบัติธรรม ส่งเสริมและสนับสนุน ไม่ชอบการศึกการสงคราม พระองค์เป็นผู้มีพระโฉมงดงามเป็นสตรีที่ลือโฉม

เกิดศึกชิงนาง คือ พระเจ้าแผ่นดินโกสัมพีมาขอแต่ทางนี้ได้หมั้นเอาไว้แล้ว ก็รับไม่ได้ ทางโกสัมพีว่าไม่ให้ก็ไม่ยอม คือ ต้องยกทัพมาตีเอาคือจะมาชิงเอาเลยก็ว่างั้น แต่ปรากฏว่าเมืองลพบุรีนี้

พระนางรับศึกเอง ออกทัพรับศึกเองแต่ผลปรากฏว่าได้ชัยชนะ คนมีธรรมะนี้เก่งนะ เก่งทั้งวิชาดาบ วิชาผู้ชาย วิชาผู้หญิง เก่งทั้งหมด เก่งทั้งคู่ ด้านรบด้านอะไรก็เก่ง ธรรมะก็เก่ง ในการต่อสู้นั้นนะพระองค์เห็นว่าคือว่าเป็นเรื่องของส่วนตัว ไม่ควรให้ประชาชนมาล้มตายแต่ขณะนั้นก็ล้มตายกันเยอะแยะ ก็เลยมีหนังสือไปหาพระเจ้าแผ่นดินโกสัมพีว่ามันเป็นเรื่องส่วนตัว ให้ออกมารบกันเองดีกว่า ถ้าใครเพลี่ยงพล้ำก็ยกโทษให้แก่กัน ปรากฏว่าพระเจ้าโกสัมพีเพลี่ยงพล้ำ พระนางจามเทวีก็ใช้ดาบเฉียนหูขาดเลือดพุ่งกระฉูดกองทัพก็ฮือแตกเลย

พอเห็นพระราชาเพลี่ยงพล้ำพสกนิกรทางโกสัมพีก็วุ่นกันไปหมด พระเจ้าโกสัมพีเกิดความละอาย เลยเอามีดดาบพระขันธ์ของตนเองเชือดคอตัวเองตายในสงครามตรงนั้นที่รบกัน

พระนางจามเทวีสร้างวัดขึ้นมาให้พระเผยแผ่ธรรมทำบุญให้กับคนที่ตายอยู่ตรงนั้นเรียกว่าเอาสนามรบเป็นสนามธรรม เราเคยได้ยินไหม ชาติชาย ชุณหะวัณ เอาสนามรบเป็นสนามการค้าแต่พระนางจามเทวีเอาสนามรบเป็นสนามธรรม เอาความสงบไปแทนที่เพราะคนที่มีธรรมะ เป็นคนที่เกลียดความรุนแรง รังเกียจความชั่ว รังเกียจความริษยาอาฆาต จึงเป็นคนมีคุณธรรมสูงมากเป็นแม่ผู้หนึ่งที่เราควรจะเอาเป็นตัวอย่าง

ท่านครองราชย์มา 60 ปี ท่านก็สละราชบัลลังก์ออกบวชในพระพุทธศาสนาส่งเสริมพระพุทธศาสนานี้จนอายุถึง 98 พรรษา จึงสวรรคตไม่มีโรคภัยเบียดเบียนเลย ตอนสวรรคตก็นั่งสมาธิไปแบบสบายๆ นี้คือผู้ปฏิบัติธรรมบ้านเมืองอยู่อย่างสุขสงบทุกหัวระแหง เพราะว่าการยกกองทัพธรรมผ่านไปทางเหนือ สร้างวัดไว้รอบ ให้พระช่วยสอนธรรมะข้าราชการทหารตำรวจ พระองค์เน้นให้ข้าราชการทหารตำรวจเอาธรรมะ นี้แหละแม่ตัวอย่างเราท่านทั้งหลาย ท่านทั้งหลายก็เป็นแม่ ไม่ใช่ว่าเป็นได้เฉพาะพระองค์ท่าน เราก็เป็นได้ จะเป็นผู้มีศีล 5 เป็นผู้ถือไตรสรณคมน์ เป็นผู้ชอบฝึกสมาธิเป็นผู้สร้างความฉลาดสร้างปัญญาสร้างความรู้ให้กับตนเองทุกคนทำได้ไม่ใช่ทำไม่ได้

ฉะนั้นวันแม่ก็ควรจะสำนึก ส่วนแม่ปัจจุบันนี้คือสมเด็จพระนางเจ้าพระบรมราชินีนาถแต่สมเด็จพระนางจามเทวีหริภุญไชยนั้นก็เป็นแม่ของแผ่นดินองค์หนึ่งเหมือนกันที่เราควรจะกล่าวถึง เป็นแม่ที่มีคุณธรรมปกครองแผ่นดินเหมือนมารดากับบุตร เรียกว่าเดือดร้อนอันใดก็พยายามสงเคราะห์อนุเคราะห์ และปกป้องลูกนั้นให้อยู่ในศีลในธรรมนี่คือคุณงามความดี แม่อันประเสริฐในโลกเป็นบุคคลคนหนึ่ง

เราจะเห็นได้ว่ากษัตริย์ต่างประเทศออกบวชสละราชบัลลังก์ออกบวชในประเทศอินเดียก็มี บ้านเราก็มีที่สละราชบัลลังก์ออกบวชเป็นแม่ตัวอย่างที่ดี วันแม่คือวันนี้แหละคือ 364 วัน

วันที่ 365 ทำอย่างไรเราจะเป็นแม่ที่มีคุณธรรมเหมือนแม่จามเทวีของเรา เราจะตั้งอยู่ในไตรสรณคมน์ ตั้งอยู่ในศีล 5 เป็นผู้มีวาทะเป็นผู้มีศีล มีธรรม บ้านเมืองของเราเดือดร้อนวุ่นวายอยู่ในขณะนี้เพราะอะไร คุณแม่ทั้งหลายใช้ปัญญาคิดหน่อย ช่วยกันแก้ไขปัญหาบ้านเมืองเราเถอะ ช่วยเอาคุณธรรมของแม่จามเทวีสู่บ้านสู่เมืองของเราสู่ลูกสู่หลานของเราให้ลูกหลานของเรามีคุณธรรมบังเกิดได้จะไม่วุ่นวายจะได้ไม่ฆ่าฟันกันไม่ต้องมาประหัตประหาร ให้ลูกเราเป็นคนมีศีลมีธรรม เป็นคนมีเหตุมีผล พูดจากันด้วยเหตุด้วยผล นี้คือแม่ที่ดีนี้และแม่ที่เราจะทำตัวเป็นแม่ตัวอย่าง แบบนี้ควรจะเกิดขึ้นก็ไม่ใช่เรื่องยากเรื่องเย็น เป็นเรื่องง่าย ๆ เรื่องใกล้ตัว เรื่องสำหรับเรา เรื่องในครอบครัวของเรา สร้างสุขให้กับครอบครัวของเราดังผู้มีปัญญาบอกไว้ว่าครอบครัวใดมีศีล มีธรรม ครอบครัวนั้นจะเป็นสุขเลิศล้ำไปตลอดกาล แต่ถ้าหากครอบครัวใดไร้ศีล ไร้ธรรมจะชอกช้ำไปจนวันตาย

เราท่านทั้งหลายพวกท่านทั้งหลาย เราจะสร้างครอบครัวชอกช้ำไปจนวันตาย หรือเราจะเป็นแม่ที่นำความสุขเลิศล้ำไปสู่ครอบครัวของเรา ท่านทั้งหลายจงคิดด้วยสติปัญญาของท่านทั้งหลาย ลองตรองดูให้ดี ๆ เถิดเพื่อลูกเพื่อหลานเพื่อเหลน เพื่อบ้าน เพื่อเมืองของเรา ถ้าหากบ้านเมืองของเราวุ่นวายเรามองให้ลึก ๆ ลงไปบ้านเมืองกำลังปั่นป่วนวุ่นวายห้ำหั่นกันฆ่าฟันกันจะแย่งประเทศกันไม่รู้ว่าใครจะได้ครองบ้าน ครองเมือง

ถ้าตกเป็นเมืองขึ้นของคนอื่น ถ้าเขาทำลายศาสนา ถ้าเขาถือลัทธิเหมือนประเทศอินเดีย ถ้าเขาถือลัทธิเขาก็บังคับถืออย่างอื่น แล้วทรัพย์สมบัติที่เรามีเราเคยใช้เป็นอิสระ เราเคยอยู่เคยกินเป็นอิสระเราดูใกล้ ๆ อย่างประเทศลาว ลาวถูกยึดไป ใครทำมาหากินอะไรก็เข้ารัฐหมด ใครมีเงินหลาย ๆ ก็เอาเข้ารัฐหมด เอาไว้แค่พออยู่พอกินเราพอใจไหมอย่างนั้นนี่ล่ะ ถ้าขาดคุณธรรมมันจะตกอยู่ในเงื้อมมือของคนมีอำนาจ เราอยู่กันอย่างคนดีมีคุณธรรมทำมาหากิน ไม่ทะเลาะวิวาทกันดีไหม หรือเราจะต้องตกไปอยู่ใต้อำนาจเขา ท่านทั้งหลาย จงใช้สติใช้ปัญญาของท่านพินิจพิจารณาใคร่ควรไตร่ตรอง

ในวันแม่วันนี้ถือว่าขอให้คุณงามความดีนี้จงบังเกิดขึ้นกับจิตใจของท่านทั้งหลายที่ได้ยินได้ฟังนี้ แม่คือสิ่งที่ควรจะนึกคิด ถ้าจะพูดถึงคุณแม่ก็น่าคิดเหมือนกัน แต่ถ้าหากเราไม่เคยศึกษาธรรมะเท่าไรเราก็จะไม่ค่อยคิดเรื่องของแม่ ถ้าเราไม่เข้าใจธรรมะเราก็ไม่เห็นความสำคัญเท่าไร แต่ว่าแม่เป็นผู้วิเศษนะ แม่เป็นพยาบาลที่ดีที่สุดยามเจ็บไข้ได้ป่วย แม่อดตาหลับขับตานอนดูแลรักษา ลูกร้องห่มร้องไห้เป็นชางพุงโลหัวโตได้แต่ร้องกับร้อง แต่ส่วนแม่ผู้เป็นพยาบาลได้แต่น้ำตาตกหยดลงไปใส่ลูก ได้แต่พูดว่าลูกเอ๋ยเป็นอะไรลูกลูกเจ็บตรงไหนลูกปวดตรงไหน ทำไมไม่บอกแม่ แม่เจ็บแทนได้ไหมลูก นี้คือแม่เจ็บใจแทนลูก อยากจะให้ลูกหายเจ็บหายไข้หายป่วย นี้คือพยาบาลของลูกแม่เป็นต้นกัลปพฤกษ์เป็นธนาคารของลูกพระพุทธเจ้าว่าอย่างนี้เป็นต้น

กัลปพฤกษ์นึกสิ่งใดก็ได้ เป็นธนาคารของลูกอยากจะได้เมื่อไรก็ได้ ขอเงินเบิกกลางคืนก็ได้เบิกกลางวันก็ได้และไม่ต้องไปหาไปฝากแต่ก็เบิกได้ไม่มีกลางวันไม่มีกลางคืนจะไปดูหนังดึก ๆ ดื่น ๆ จะไปดูละครไปดูลิเกยื่นมือเข้าไปขอเงินเบิกได้ทันที แม่ให้ทันที มีคุณมากไหมแม่น่าตอบแทนบุญคุณของแม่เราไหม หรือว่าไปเห็นแม่คนอื่นแล้วก็มาดูถูกแม่ตัวเอง อย่าไปคิดอย่างนั้นแม่ของเรา คนบอกว่าแม่คนอื่นดีจังเลยแม่ของเรามีแต่ด่ามีแต่ว่า ที่จริงแล้วเราเติบโตมาเพราะแม่คนอื่นหรือแม่ของเราเข้าใจไหม คิดบ้างเถิดหนา เราได้เติบโตมากับน้ำนมด้วยสายเลือดจากอกของท่านกลั่นเป็นน้ำนมมาให้เราดื่มกินถ้ากินอาหารผิดอย่างนี้น้ำนมไม่มี ลูกก็ร้องดูดนม ไม่มีน้ำนม ลูกก็ร้องแม่ก็น้ำตาร่วงเพราะลูก ลูกเอ๋ยแม่กินผิด มันผิดแล้วน้ำนมมันหนีแล้วน้ำนมมันไม่มา แม่ก็เจ็บปวดแทนลูก นี่ล่ะแม่ น้ำใจของแม่

เรารู้จักบุญคุณของแม่แล้วเราจะตอบแทนบุญคุณของแม่เราอย่างไร เราก็ควรจะรู้จักที่ว่าแม่เป็นต้นกัลปพฤกษ์นึกสิ่งใดก็ได้สิ่งนั้น เวลาเราเป็นเด็กอยากได้กางเกงเราก็ได้ นึกอยากได้รองเท้าอยากได้เสื้อ อยากได้เข็มขัดโตเป็นหนุ่มเป็นสาวขึ้นมาก็เหมือนกันหาเงินได้จากที่ไหนเรานึกอยากได้เราก็ขอแม่ แม่เป็นต้นกัลปพฤกษ์แม่....อยากได้กระโปรงแม่ก็ซื้อให้ แม่....อยากได้เสื้อ แม่....อยากได้ตุ้มหู แม่....อยากได้รองเท้า นึกสิ่งใดก็ได้สิ่งนั้นแม่เป็นต้นกัลปพฤกษ์จริงหรือไม่จริงพระพุทธเจ้าพูดไว้อย่างนี้แหละหลวงพ่อไม่ได้พูดเอง ทุกคนไม่ใช่ใครไม่มีแม่ไม่มี แต่ถ้าใครภาวนา

จะมองเห็นคุณแม่ จะมองเห็นคุณแม่แบบนี้มีจริง ๆ แบบนี้เป็นเหมือนพระพุทธเจ้าพูดจริง ๆ เป็นต้นกัลปพฤกษ์ เป็นธนาคาร เป็นหมอรักษาประจำตัว เป็นเทพยดาที่ปกป้องคุ้มครองตลอดเวลา ใครมาทำแม่เราเราคิดบ้างไหม บางคนน่าสงสารไม่รู้จักบุญคุณพ่อแม่ ไปตีไปเตะพ่อแม่แขนหัก แขนคดก็ยังมี น่าสมเพชเวทนาไม่รู้จักคุณแม่

นี่ล่ะวันแม่เพื่อให้เรารู้จักว่าวันที่แม่เราเสี่ยงตาย เรามีชีวิตอยู่ได้ก็เพราะแม่ของเราเสี่ยงตาย การคลอดของแม่นั้นคือการหลั่งเลือดการเสี่ยงชีวิต บางคนอาตมาไปเห็นบางคนน่าสงสารจริงเขาเจ็บท้องอยู่ เจ็บท้อง 6 วัน บ้านนอกเขาจะเอาเชือกไปขึงที่ขื่อแล้วก็เอาลงมา เอาผ้าขาวม้าพันๆไว้ที่มือ เจ็บท้องมาก็เบ่ง (ปวดท้องมากะเบ่งมันบ่ออกหกมื้อเจ็ดมื้อเบ่งอยู่นั้นล่ะ คั่นมันหายเจ็บกะพอได้โล่งอกจักน่อยแน่ เจ็บมากะเบ่งเบ่งอยู่นั้นล่ะ เบ่งเฮ็ดจั่งได๋กะบ่ออกแฮงเจ็บแฮงปวดอยู่นั้นล่ะ เห็นหน้าผัวเป็นนำบักผีปอบมึงนี้ล่ะกุสิตายกะย้อนมึงมึงสิหนี้ไปตายไสกะไปสิไปตาย ทางได๋กุมาเจ็บมาปวดย้อนมึงนี้ล่ะ แม่ตำแยเพิ่นบอกอดเอาแน่อีหล่ายามกินมันแซบยามออกมันแสบ)(หัวเราะ) ก็ทนทุกข์ทรมานผลสุดท้ายรู้ไหมนั้นวันที่ 6 หลวงพ่อเดินธุดงค์ไปพอดีเขาก็เลยเข้ามาว่าพระธุดงค์น่าจะมีของดีเขาก็อยู่ห่างไกลชนบทอยู่ห่างไกลบ้าน อยู่ห่างไกลเมือง เขาก็มาให้ไปโปรดลูกเขาหน่อยเจ็บท้องมา 6 วันแล้ว หลวงพ่อไม่มีอะไรพระทั้งหลายเราจำไว้หน่อยนะวิธีให้คลอดลูกง่ายหรือให้ยากนะให้นึกถึงองค์คุลีมาล บทหัวข้อขององค์คุลีมาลเราก็นึกถึงพระพุทธ

พระธรรม พระสงฆ์ แล้วก็ขอให้พุทธานุภาพ ธรรมานุภาพ แล้วก็ถ้าคาถาขององค์คุลีมาล ถ้าเราจำไม่ได้ก็คาถาอันศักดิ์สิทธิ์ขององค์คุลีมาลจงช่วยให้เขารอดปลอดภัยทั้งแม่ทั้งลูกเถิดแล้วก็เป่าเพี้ยงลงไปในขัน แล้วเอาให้กินเลยพอเอาให้กินเท่านั้นแหละ มันมีความศักดิ์สิทธิ์มาก พุทธานุภาพออกมาแตกพราก (ว่าแม่นเขื่อนแตกว่าแม่นคูน้ำแตกไหลหวื่น ๆ ออกมาปลาข้อโตใหญ่สักพรวดออกมาออกง่ายขนาด คาถาองค์คุลีมาลจำไว้เด้อ ไผกะด้ายคั่นไป พอผู้ได๋ออกยาก ๆ สงเคราะห์คุณพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ ช่วยได๋อิหลีช่วยแม่ให้รอดตายได๋ ช่วยลูกให้รอดตายได๋ นี้ความออกยากคือความเสี่ยงตายของแม่ อยากให้เฮาเห็นบุญคุณของแม่ อาตมากะบ่เคยบ่เห็นปานนั้นดอกกะธรรมดาคุณพ่อแม่ หลังจากนั้นกะฮู้จักภาวนาเนี้ย คั่นจิตเฮาสงบลงไปเนี้ยคิดดี กะฮู้จักคิดบ่ดีกะฮู้จัก คิดเรื่องอดีตกะฮู้จัก คิดเรื่องอนาคตกะฮู้จัก แต่ขณะปัจจุบันอย่าไปคิดเรื่องอดีต อนาคต คั่นเฮาเบิ่งมันอยู่ซื่อๆได๋กะดีอย่าไปถือว่าเป็นเฮาบ่เป็นเฮา เบิ่งมันคิดนี้คือเบิ่งธรรม เบิ่งง่ายที่สุดคั่นมันเห็นเกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับไป เกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับไป เห็นดู๋ ๆ เข้าเห็นบ่อย ๆ เข้านี้บ่ พระพุทธเจ้าเพิ่นว่าจิตนี้มันกะเป็นสิ่งตั้งอยู่ละกะดับลง เกิดขึ้นตั้งอยู่แล้วกะดับลง มันเป็นหยังตั่วล่ะ เมื่อเฮาบ่เข้าไปถือความทุกข์ กะบ่มีนี้เบิ่งอยู่ในอันกลม ๆ ที่หลวงพ่อเขียนไว้แต่จริง ๆ เป็นคำของพระพุทธเจ้าเด้นั้นนะ) ถ้ายังถือก็เป็นทุกข์ถ้าไม่ถือก็ไม่เป็นทุกข์ ถ้าไม่ถือก็ไม่ทุกข์ถือนี้ก็เหมือน

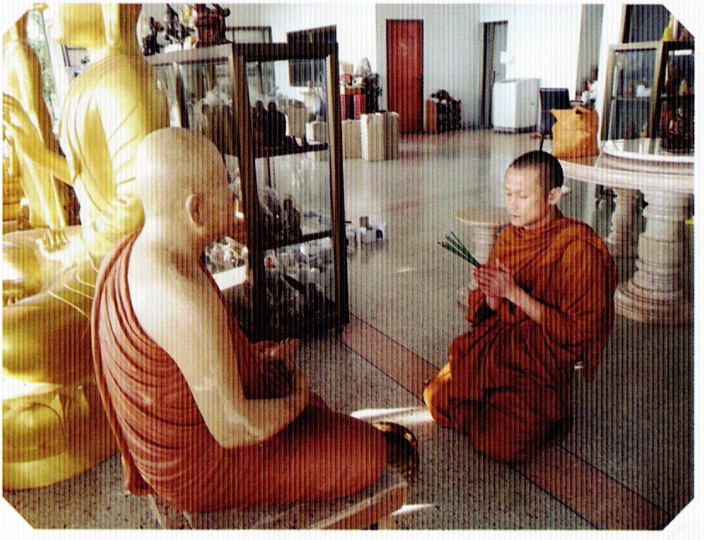
การถือความคิดของเราเพราะเราถือความคิด นี่ล่ะคิดดีก็ถือคิดไม่ดีก็ถือเราเคยสังเกตบ้างไหมถ้าเรารักแม่เราก็ต้องรักหัวใจเราเองด้วยใจเราถือว่าเป็นสุขหรือทุกข์อย่าไปทำลายความสุขตัวเอง เนี่ยความคิดที่เกิดขึ้นมา ความคิดสารพัดกิเลสพันห้าตัณหาร้อยแปดกิเลสพันห้ามันเกิดขึ้นกับตัวของเราเดี๋ยวน่ารักน่าชัง น่าพอใจ น่าเสียใจ ความรัก ความริษยา ความอาฆาตละหน้า มันเปลี่ยนไปนี้คือความคิดกิเลส เป็นพันพันหน้าตัณหาร้อยแปดพันประการที่มันเกิดขึ้นมา แต่มันจะเกิดขึ้นมาก็ตามแต่ ถ้าเราไม่ไปคว้าเอาไว้ไปยึดเอาไว้ ไม่ไปถือเอาไว้ ทุกข์นั้นก็ไม่อยู่กับเรา มันเกิดขึ้นมันก็ดับไปของมันเอง เราก็เห็นมันเกิดเอง ดับเอง มันก็เป็นของมันอยู่อย่างนี้เมื่อเราไม่ทุกข์มันก็เป็นอย่างนี้ เมื่อเราไม่ถือมันก็เป็นอย่างนี้ นี่ละพระพุทธเจ้าเรียกว่าสุข สุขชนิดที่ว่าสุขล้วน ๆ เป็นสุขที่ว่าเราไม่ไปยึดตรงนั้น คิดตรงนี้ แม้แต่ความคิดแม้แต่สังขารกายก็ไม่ยึดก็เป็นสุข คนเรานะได้ความสุขจากการปล่อยการวางแล้วจะคิดถึงพ่อทันที คิดถึงแม่ทันที ผู้ใดก็ตามถ้าได้รับความสุขแบบนี้ก็จะเห็นว่าแม่ของเรานี้มีพระคุณ เป็นผู้ให้กำเนิดเกิดความเป็นมนุษย์แก่เรา เลี้ยงดูอุ้มชูชีวิตของเราเยียวยารักษาเราให้เติบโตขึ้นมาจนเราได้มีโอกาสได้ศึกษาธรรมะ ได้เข้าใจได้ความรู้ได้ความสุขจากธรรมะก็อยากจะให้แม่รู้เห็นธรรมะพระพุทธเจ้าจึงยกย่องสรรเสริญการตอบแทนคุณบิดามารดา คือ ท่านไม่ชอบให้ทาน พยายามแนะนำท่านให้ทาน แต่ถ้าท่านไม่ให้ เรามีเงินเราให้ท่าน

แล้วบอกแม่ทำบุญให้หน่อย นี่คือแนะนำให้แม่ทำทาน ท่านไม่เคยรักษาศีล จะเป็นศีลห้าหรือศีลแปด วันขึ้นแรมห้าค่ำแปดค่ำสิบห้าค่ำ ก็แนะนำแม่ให้มาถือศีลแปด แม่จะได้ฟังธรรม แม่ไม่เคยฟังธรรมจะได้ฟังธรรม แม่ไม่เคยนั่งสมาธิแม่จะได้นั่งสมาธิ แม่ไม่เคยเข้าใจธรรมะ แม่จะได้เข้าใจธรรมะ แม่ไม่เคยมีสุขจากธรรมะแม่จะได้มีสุขจากธรรมะ แม่เคยสุขแต่การมีทรัพย์สมบัติ แต่เป็นสุขอันจอมปลอม สุขอันประเสริฐคือสุขจากการรู้ธรรมะ อันนี้เราก็อยากให้แม่เรามีความสุขจากธรรมะเป็นสุขที่แม่ทุกคน มาวันนี้ทุกคนที่เป็นผู้หญิง คือแม่ทุกคนก็ควรจะศึกษาธรรมะให้รู้ธรรมะนี้แหละคนที่เข้าใจธรรมะ นึกถึงแม่ต่างกันนะกับคนที่มีความสุขในการเที่ยวเตร่สนุกสนานเฮฮาไม่ได้คิดถึงแม่หรอก หาความสุขใส่ตัวเองเท่านั้น แต่ถ้าคนมีธรรมะจะคิดถึงแม่จะรักแม่ จะเดินจงกรม จะนั่งสมาธิน้ำตาก็ไหลออกเอง มีความปลื้มความปิติเมื่อไรหนอเราจะมีโอกาสแนะนำแม่บ้าง เมื่อไรหนอแม่เราจะได้มีความสุขแบบนี้ แม่ของเราจะได้มีความสุขเหมือนพระพุทธเจ้านะ ถ้าไม่สุขเท่าพระพุทธเจ้าก็สุขเท่าที่เรามี เราเห็นเราเป็นอยู่นี้ก็ยังดียังประเสริฐอยู่ เราจะได้ตอบแทนบุญคุณพ่อแม่ของเราอย่างมีความสุข สมกับที่ท่านเลี้ยงดูอุ้มชูเรามาตั้งแต่อยู่ในท้องอยู่ในครรภ์จนเติบโตขึ้นมา เติบใหญ่ขึ้นมานี่ละ คนมีธรรมะย่อมมองเห็นบุญคุณบิดามารดาและยังมองเห็นบุญคุณแผ่นดินด้วยแผ่นดินนี้เป็นแผ่นดินไทย แผ่นดินธรรม แผ่นดินธรรมเนี้ยและก็มองเห็นบุญคุณ

พระมหากษัตริย์ด้วย มันจะพัฒนาไปในจิตของเราพระมหากษัตริย์ไทยเราทุกพระองค์ เรียกว่าตั้งอยู่ในพระพุทธศาสนามีการอุปถัมภ์ยกย่องพระศาสนาเอาไว้ เพื่อจะให้พสกนิกรทั้งประเทศได้ศึกษาธรรมะ ได้เข้าใจธรรมะ ได้สุขจากธรรมะ นี่คือบุญคุณของพระมหากษัตริย์ของเรา เราเคยคิดบ้างไหมถ้าเราไม่เข้าใจธรรมะเราคิดไม่เป็นด้วย เราไม่รู้เรื่อง แม่ของเราก็เหมือนกันแม่ของเราเราเกิดขึ้นมาก็ไปยัดเยียดเลย เกิดเป็นคนไทยเชื้อชาติไทยสัญชาติไทย ถือศาสนาพุทธ เพื่อจะให้ลูกศึกษาพระศาสนาให้ลูกเรามีความสุขตั้งแต่ยังแบเบาะ เกิดมายังไม่รู้เรื่องอะไรเลยให้เป็นพุทธแล้ว เห็นไหมนี่คือบุญคุณของแม่อันประเสริฐบุญคุณของแผ่นดิน บุญคุณของพระเจ้าแผ่นดิน หรือบุญคุณของพระอริยะเจ้า พระอริยะสงฆ์ ที่นำธรรมะเอามาเผยแผ่ โดยเฉพาะยุคนี้นะ ก็ไม่มีใครเกินหลวงปู่มั่น ภูริทัตโต ที่เผยแผ่ธรรมะเที่ยวแสดงธรรมะไม่ค่อยอยู่เป็นที่เป็นทาง เที่ยวไปเทศนาสั่งสอนทั้งพระ เณร อุบาสก อุบาสิกา บรรลุธรรมเป็นอันมาก จนมีถึงปัจจุบันนี้เพราะสืบทอดมาจนถึงลูกศิษย์หลวงปู่มั่น คือ หลวงปู่สิงห์ ขันตยาคโมนำกองทัพธรรมมาจากนครราชสีมา มีพระ 60 รูป ออกมาเผยแผ่ในจังหวัดขอนแก่นและมาจำพรรษาอยู่ที่ขอนแก่นกระจายกันจำพรรษาอยู่ป่าช้าอยู่ทั่วไป วัดธรรมยุตเกิดขึ้นมากมายเพราะท่านมาเผยแผ่ธรรมะนี่แหละพระอริยะเจ้า ยังมีอยู่ทั้งหญิงทั้งชายขอให้เข้าใจจะหญิงจะชายท่านเรียกว่าพระอริยะเจ้าทั้งนั้นแหละ ขอให้

ท่านทั้งหลายจงเข้าใจ นั้นคือ แม่อันประเสริฐของลูกจริง ๆ ขอให้เราทำจิต ทำใจเราให้เข้าถึงธรรมนั้น เป็นแม่อันประเสริฐของลูกเกิดขึ้นแล้วเราจะอยู่ฐานะใดไม่สำคัญไม่ใช่ว่ากษัตริย์จะเป็นแม่อันประเสริฐ กษัตริย์หรือไม่ใช่กษัตริย์ก็ตาม ตั้งแต่คนธรรมดาสามัญชาวไร่ ชาวนา ไปจนถึงเศรษฐีพระราชา หรือพระมหากษัตริย์ก็ตาม ถ้ามีธรรมะชื่อว่าแม่อันประเสริฐ เป็นแม่ทัพธรรม หลวงปู่สิงห์ก็เป็นแม่ทัพธรรมหลวงปู่มั่นก็เป็นแม่ทัพธรรม เนี่ยแหละก็นำกองทัพธรรมไปเผยแผ่อันที่หลวงพ่อได้เลือกบรรดาแม่ทั้งหลายมานี้ ก็อยากให้ทราบถึงแม่ แม่ก็จะได้รับความสุขอันแท้จริงแบบนี้ อยากจะให้ท่านทั้งหลายได้เข้าใจ แล้วก็จดจำเอาไว้ด้วย โปรดช่วยพินิจพิจารณาใคร่ครวญและไตร่ตรองให้ดี ๆ แล้วก็จดจำเอาไว้ บอกต่อ ๆ กันไปถึงลูกถึงหลานของเรา ผู้มีปัญญาท่านจำมาตั้งแต่สองพันห้าร้อยกว่าปีมาแล้วจนมาถึงยุคของ หลวงปู่มั่น หลวงปู่เทสก์ หลวงปู่สิงห์ ต่างๆหรือหลวงตามหาบัว เห็นไหม หลวงตามหาบัวเนี่ยก็ให้ธรรมะไม่ใช่ไปแย่งเอาแต่ขี้เถ้า มันไม่ทำให้เราพ้นทุกข์หรอก ขี้เถ้านั้นมันก็คือขี้เถ้านะ ไอ้ธรรมะนั้นทำยังไงเราจะทำความเข้าใจทาน ศีล สมาธิและปัญญา ทำยังไงจะทำให้เกิดได้ ทำยังไงจะเห็นจิตตนเองจะมาดีจะมาร้าย ทำยังไงจะเห็นกายทำงานอย่างไร จิตทำงานอย่างไรเนี้ยกายอาตมาเกิดมาเพื่อเจ็บ เพื่อตาย ถ้าเราเห็นตามความเป็นจริงแล้วเราก็ไม่กังวล มันจะเป็นอะไรมันก็เป็นเรื่องของกายมัน ไม่ใช่เรื่องของเราอย่าไปยุ่งกับมัน เรื่องของใจก็เหมือนกัน เรื่องของจิตเรื่องของความคิดก็เหมือนกัน

มันจะคิดอย่างไรก็เป็นเรื่องของมันมันจะคิดดี คิดชั่ว ก็เป็นเรื่องของจิต ถ้าเรายืนดูอยู่เฉย เราก็ไม่ต้องไปเป็นทุกข์กับมัน เห็นไหมนี่คือธรรมะที่จริงแล้วตัวเราธรรมะก็อยู่ที่ตัวของเรา ตัวของเรา คือตัวพระไตรปิฎก ตัวของเราเป็นสัจธรรม ตัวของเราเป็นรูปธรรมขอให้เราทำความเข้าใจ



# หลวงพ่อสอน
# ให้พวกเราเห็นไตรลักษณ์

เมื่อกลางดึกย่างเข้าวันศุกร์ที่ ๗ กันยายน ๒๕๕๕ ทางขอนแก่นโทรมาแจ้งว่าหลวงพ่อท่านมรณภาพแล้ว พวกเราเมื่อทราบข่าวต่างรู้สึกเหมือนกันคือรู้สึกวังเวงว้าเหว่เป็นอย่างมาก สิ้นแล้วพ่อแม่ครูบาอาจารย์ผู้มีแต่ความเมตตา กรุณา พระผู้เป็นที่ปรึกษาเป็นผู้ให้ทั้งทางโลกและทางธรรม พวกเราลูกศิษย์บ้านธรรมะ ๒ in ๑ อำเภอแก่งคอย ขอกราบนมัสการแทบเท้าหลวงพ่อด้วยความเคารพอย่างสูงสุด ศิษย์ผู้โง่เขลา เพิ่งรู้ว่าหลวงพ่อสอน ไตรลักษณ์ แสดงสัจธรรมให้เห็นเป็นประจักษ์ สอนให้ละโกรธ โลภและหลง จงกตัญญูต่อพ่อแม่แลผู้มีคุณ สอนให้ท่องบ่นมนต์เพื่อเตือนใจ ธาตุสูญโญพุทโธยังจำได้ ศิษย์ทั้งหลายจงจำไว้ทุกสิ่งเป็นสัจธรรม จงน้อมนำไปปฏิบัติและสืบสานปฏิปทา **"พ่อ"** สืบต่อไป

## หลวงพ่อทิ้งพยานการปฏิบัติของหลวงพ่อไว้ให้ดู

เมื่อหลวงพ่อจากไปแล้วพวกเราได้รับมอบหมายให้สร้างกลดหรือบังสูรย์กางเหนือหีบตั้งสรีระสังขาร บนจิตกาธาน จึงทำการวางแผนงานสร้างกลดขนาดเส้นผ่าศูนย์กลาง ๔ เมตร ระหว่างรอโครงกลด พวกเราก็ทำระย้าห้อยกลางกลดไว้รอ พร้อมร้อยดอกไม้ประดับประดาให้สวยงาม จนระย้าเสร็จเมื่อวันที่ ๓๐ กันยายน ๒๕๕๕ เวลาประมาณ ๖ โมงเย็น ก็นึกได้ว่ายังไม่ได้ตัดแบ่งผ้าจีวรที่ขอมา

จากวัดป่าอภัยวันเพื่อนำมาตัดแบ่งทำล็อกเก๊ต ให้เหล่าลูกศิษย์ทั้งหลายบูชาเก็บไว้เป็นที่ระลึก ผ้าจีวรผืนนี้หลวงพ่อได้สละแล้วและได้นำไว้หนุนศีรษะ เมื่อตอนหลวงพ่อเข้าห้องผ่าตัดซ่อมหลอดเลือดหัวใจท่านก็ใช้หนุนศีรษะเช่นปกติเมื่อออกจากการผ่าตัดเรียบร้อยแล้วพักอยู่ห้องไอซียูเกิดเหตุฉุกเฉิน หมอจึงทำการช่วยเหลือทันทีที่ห้องไอซียูนั้นเอง ทำให้มีทั้งเลือดและอื่นๆ ไหลออกมาแปะเปื้อนผ้าจีวรหนุนศีรษะ เมื่อพวกเราไปถึงมีโอกาสได้กราบแทบเท้าหลวงพ่อเป็นครั้งสุดท้าย เราก็เห็นว่าหลวงพ่อหนุนผ้าจีวรผืนนี้อยู่ เมื่อคุณพยาบาลทำความสะอาดสรีระหลวงพ่อเสร็จแล้ว พระ-เณรลูกศิษย์หลวงพ่อช่วยกันห่มผ้าจีวรให้หลวงพ่อ ช่วงนี้ผ้าจีวรผืนดังกล่าวหายไปแล้ว หันมาพบว่าพยาบาลกำลังจะม้วนใส่ถุงขยะ พวกเราจึงตรงเข้าไปขอมาเก็บไว้และนำมาส่งคืนให้แก่หมู่สงฆ์และขอรับคืนมาเพื่อนำมาทำล็อกเก๊ตดังกล่าว โดยได้รับอนุญาตจากหมู่สงฆ์แล้วได้นำมาตากลมไว้ตั้งแต่ วันที่ ๙ กันยายน จนถึงวันที่นำมาตัด ๓๐ กันยายน ก่อนตัดนั้นเรายังเอามาดึงมาสลัดกันอยู่ จะวางตัดกับพื้นเลยก็รู้สึกไม่ค่อยดี จึงหาผ้าขาวมาปูใส่กะละมังรองรับไว้ ตกลงกันว่าจะตัดไปตามขันธ์ของจีวร เมื่อเสร็จก็วางไว้ทีละชิ้นยกออกมาดึงแยกออกจากตะเข็บทีละผืนแล้ววางไว้เตรียมตัดแบ่งออกเป็นชิ้นเล็กลงเรื่อยๆ ขณะตัดลงให้ชิ้นเล็กนั้น พวกเราอยู่กันเกือบ ๑๐ คน นั่งตัดกันอยู่ ๔ คน ยกขึ้นมาตัดทีละผืนตัดเสร็จก็วางเรียงไว้เป็นปึก ๆ แต่เมื่อดึงผืนใหญ่ที่ยังไม่ได้ตัดขึ้นมากลับต้องตะลึงว่า

น้ำอะไรไหลออกมาจากผ้า แต่เมื่อพิจารณาดู พบว่าไม่ใช่น้ำนี่ แต่เป็นพระธาตุสีแดงเข้มไหลออกมาจากผ้าข้างหน้า ด้วยความคิดที่ว่องไวคิดว่าถ้าผืนข้างหน้ามีผืนอื่นจะมีไหม จึงหันมาทางกองด้านขวาดึงขึ้นมาอย่างเร็ว ปรากฏว่ากระจัดกระจายไปทั่วเลยคราวนี้เพียงเท่านั้นเองพวกเราที่อยู่รอบๆ ได้ยินว่าพระธาตุหลวงพ่อเสด็จ พวกเรากรูเข้ามานั่งคุกเข่า บ้างน้ำตาซึม บ้างขนลุก พนมมือบ้างกราบบ้าง หลังจากนั้นโทรศัพท์ตามญาติธรรมใครอยู่ใกล้อยู่ไกลมาได้รีบมา พักเดียวเกือบ ๒๐ คน เป็นสิ่งที่พวกเราพากันปลื้มปีติ หลังจากนั้น ก็ดำเนินการแบ่งผ้าจีวรกันจนเสร็จ ส่วนหนึ่งเก็บไว้เพื่อติดด้านหลังล็อกเก๊ต ส่วนแบ่งเก็บไว้ใส่ซองซิปแจกวันประชุมเพลิงได้ประมาณ ๒ พันชิ้น อีกส่วนหนึ่งแจกจ่ายไปยังลูกศิษย์ที่มาชมในวันนั้น ส่วนที่เหลือ ๔ ผืนเก็บไว้เป็นส่วนกลาง ส่วนโลหิตธาตุหลวงพ่อ พวกเราประชุมกันลงมติว่าเราจะแบ่งออกเป็นส่วนดังนี้ ส่วนที่หนึ่งนำไปถวายที่วัดป่าอภัยวัน ขอนแก่น (นำไปถวายแล้วเมื่อวันที่ ๗ ตุลาคม ๒๕๕๕ ) ส่วนที่ ๒ นำไปถวายที่วังมรดกธรรมพระตถาคต นครนายก ( ถวายพร้อมวันทอดกฐิน ๑๑ พฤศจิกายน ๒๕๕๕ ) ส่วนที่ ๓ นำออกแบ่งให้แก่ลูกศิษย์ทั้งหลายที่ประสงค์จะรับโดยต้องนำผอบอันสมควรมารับในวันที่ ๒ ธันวาคม ๒๕๕๕ มอบให้ท่านละ ๓-๙ องค์ ส่วนที่ ๔ จะติดไว้ที่หลังล็อกเก๊ตรูปหลวงพ่อที่จะสร้างให้บูชา

“ยังยึดถือยังมีทุกข์ ไม่ยึดถือ ไม่มีทุกข์”

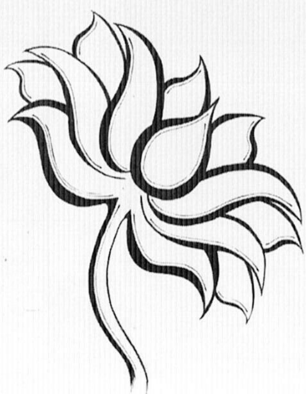
สุดอาลัย เศร้าสลด แสนหดหู่

ศิษย์ได้รู้ ข่าวหลวงพ่อ ก็ใจหาย

โอ้เสาหลัก หักวาง ทั้งใจกาย

ฝากเสาธรรม ค้ำใจหมาย ให้เดินตาม

ลูกศิษย์บ้านธรรมะ ๒ in ๑



# ก่อนวาระสุดท้าย

สิ้นหลวงพ่อผู้เมตตาแสนว้าเหว่ ลูกเคยเขวทางธรรมท่านนำให้
สอนดูกายดูจิตติดตามไป ลูกกราบเท้าด้วยอาลัยไม่รู้ลืม

วันที่ ๒๗ สิงหาคม ๒๕๕๕ ดิฉันโทรศัพท์ถึงพระอาจารย์จักรพงษ์ พระเลขาของหลวงพ่อ เพื่อสอบถามอาการอาพาธของหลวงพ่อ และเรื่องการจัดพระวิทยากรมาสอนกรรมฐานระหว่างวันที่ ๓๑ สิงหาคม ถึง ๒ กันยายน ๒๕๕๕ การพูดโทรศัพท์ในครั้งนี้ ดิฉันมิได้รู้ว่าขณะนั้นพระเลขากำลังอยู่ใกล้ ๆ หลวงพ่อ เมื่อดิฉันสอบถามเรื่องจำนวนพระวิทยากรและกราบเรียนถามว่าจะจัดพระรูปใดมาเป็นพระวิทยากร โดยบอกว่าจะเป็นพระรูปใดก็ได้ตามแต่หลวงพ่อจะจัดมา หลวงพ่อได้ถามพระเลขาว่า **“ใครโทรมาหรือ”** เมื่อทราบว่าดิฉันโทรมา หลวงพ่อบอกว่า **"ลพบุรี หลวงพ่อจะไป"** พระเลขาจึงบอกว่าให้ดิฉันกราบเรียนหลวงพ่อเอง

ดิฉันได้กราบเรียนถามหลวงพ่อด้วยความเป็นห่วงว่าท่านกำลังอาพาธอยู่ หลวงพ่อจะจัดพระรูปใดมาก็ได้ ดิฉันไม่ขัดข้อง หลวงพ่อบอกดิฉันว่า “หลวงพ่อหายแล้ว” ดิฉันดีใจมาก คือดีใจที่หลวงพ่อบอกว่าหลวงพ่อหายแล้ว พวกเราลูกศิษย์ดีใจที่จะได้พบหลวงพ่อ ได้ฟังธรรม ได้ปฏิบัติธรรม และได้ปฏิบัติรับใช้ดูแลท่าน

ในระหว่างที่หลวงพ่อจะมาสอนในครั้งนี้ ท่านแสดงธรรมเพียง ๓ ครั้ง แต่ละครั้งจะเห็นอาการเหนื่อย เสียงเบากว่าปกติ ต่างจากครั้งก่อน ๆ ที่ท่านจะสอนเป็นส่วนใหญ่ ทั้งสาธิตท่ายืน เดิน นั่ง โยคะกรรม อย่างไม่เห็นแก่เหน็ดเหนื่อยหรือไม่ก็นั่งอยู่ใกล้ ๆ ในเวลาที่พระรูปอื่นสอน แต่ในครั้งนี้ส่วนใหญ่เราจะเห็นหลวงพ่อนั่งอยู่ที่โต๊ะบริเวณที่พักสงฆ์ บางเวลาท่านก็เข้าไปพักในห้องพักสงฆ์ พวกเราเฝ้าสังเกตท่านอยู่ตลอด ช่วงไหนที่หลวงพ่อนั่งอยู่หน้าห้องพัก ก็จะมีลูกศิษย์ที่มาใหม่บ้าง ที่จะกลับบ้างเวียนกันเข้าไปกราบหลวงพ่อ ท่านก็ให้ธรรมะทุก ๆ คน หรือทุก ๆ กลุ่ม

ค่ำวันที่ ๑ กันยายน ๒๕๕๕ ศิษย์คณะการไฟฟ้าลพบุรีเข้าไปกราบลากลับ พวกเราจึงได้ทราบจากท่านว่า หมอที่ศูนย์หัวใจสิริกิติ์ ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ จังหวัดขอนแก่น โทรมาให้ท่านเข้าโรงพยาบาลในวันที่ ๔ สิงหาคม เพื่อรอผ่าตัด ในวันที่ ๖ สิงหาคม หลวงพ่อได้เล่าอาการโรคหัวใจที่เคยเกิดขึ้นอย่างรุนแรงครั้งที่หลวงพ่อไปเผยแผ่ธรรมและสร้างวัดที่อเมริกา โดยหลวงพ่อมิได้ทราบว่าอาการ ที่ท่านเป็นคืออาการของโรคหัวใจ มีอาการจุกเสียด หมุนเวียน หายใจเข้าและหายใจออกไม่สะดวก เวลาหายใจเข้าจะจุกเสียดมาก หลวงพ่อต้องนั่งสมาธิโดยไม่หายใจ ใช้การหายใจทางรูขุมขนแทน ออกจากสมาธิอาการท่านดีขึ้น

เสร็จการอบรมในวันที่ ๒ กันยายน คณะลูกศิษย์พาหลวงพ่อไปบ้านบางพึ่ง อำเภอบ้านหมี่ จังหวัดลพบุรี (อาณาจักรทวาราวดีราวพุทธศตวรรษที่ ๑๑- ๑๖) ตามความประสงค์ของท่านเพื่อไปดูวัดบางพึ่ง ซึ่งเป็นวัดที่พระแม่จามเทวีสร้างไว้ ท่านพาพระและลูกศิษย์ไปนั่งสมาธิ ในอุโบสถประมาณครึ่งชั่วโมง แล้วไปดูเมืองโบราณวังไผ่ เมืองของเจ้าชายรามราช พระสวามีของพระแม่จามเทวี พวกเราเฝ้าเวียนดูสังเกตหลวงพ่อเกรงว่าท่านจะเหนื่อยมากเกินไปเพราะต้องเดินไกลพอควร ถามท่าน ท่านบอกว่าไม่เป็นไร เท่าที่สังเกตในระหว่างอยู่ที่วัดบางพึ่งและเมืองโบราณวังไผ่ หลวงพ่อจะนิ่งมาก แทบไม่พูดอะไรเลย

ก่อนจากลาพวกเรากราบเท้าหลวงพ่อที่เมืองโบราณวังไผ่ หลวงพ่อบอกพวกเราว่า **“หลวงพ่อจะมาช่วยลูกหลานพระแม่จามเทวีอีก ”** พวกเราดีใจมาก เพราะหวั่นใจในอาการป่วยของหลวงพ่ออยู่ ลูกศิษย์ทุกคนปลื้มใจ บางคนกลั้นสะอื้น บางคนน้ำตาคลอ บางคนน้ำตาไหล

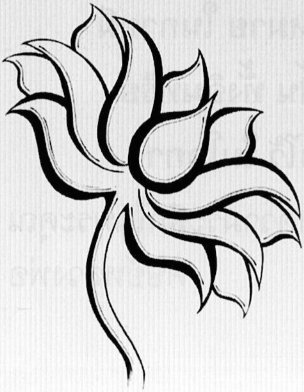
หลังจากหลวงพ่อกลับไปแล้วดิฉันจึงได้รู้ว่าขณะที่ดิฉันโทรศัพท์ไปสอบถามเรื่องพระที่จะมาให้การอบรมนั้น หลวงพ่อกำลังอาพาธอยู่ พระกำลังพากันนวดให้ท่านอยู่ ถ้าหลวงพ่อไม่อยู่ข้าง ๆ พระเลขาตั้งใจจะบอกว่าไม่ควรให้ท่านไปเพราะหลวงพ่ออาพาธมาก แต่เมื่อหลวงพ่อชิงบอกก่อนว่าหลวงพ่อจะไป พระทุกรูปจึง

ไม่กล้าพูดอะไรอีก แม้ว่าจะไม่สบายใจ และมีความกังวลอยู่มาก และดิฉันได้มารู้ภายหลังว่า ขณะที่หลวงพ่อมาให้การอบรมที่บ้านพบธรรม ฯ ท่านก็อาพาธเป็นระยะ ๆ เวลาอาพาธ ก็เข้าไปทำสมาธิ (เข้าฌาน) ระงับอาการอาพาธในห้องพักสงฆ์

เมื่อทราบ ดิฉันและลูกศิษย์น้ำตาไหล พูดไม่ออก หลวงพ่อเมตตาลูกศิษย์ทุกคนมากท่านได้ทำตามปณิธานที่ให้สัจจะไว้กับพระพุทธเจ้าและกับหลวงปู่เทสก์ วัดหินหมากเป้ง ว่า **"ด้วยสัจจะวาจา ขอมอบกายถวายชีวิตที่เหลือเพื่อรับใช้พระพุทธศาสนา ไปตลอดชีวิต ธรรมใดที่หลวงปู่ (เทสก์) เผยแผ่ ขอกระผมมีโอกาสทำหน้าที่เผยแผ่ธรรมนั้นด้วย "** และหลวงพ่อก็ได้ทำตามปณิธานนั้น จนถึงที่สุดของวาระสุดท้ายในชีวิต หลวงพ่อจากไปสู่แดนนิพพานอันเกษมแล้ว เหลือเพียงภาพความทรงจำอันแสนประทับใจในความเมตตาของท่าน ต่อศิษย์ ต่อโลก ต่อชาติ พระศาสนา ตลอดไป

**พฤษภกาสร อีกกุญชร อันปลดปลง**
**โทหนต์เสน่งคง สำคัญหมาย ในกายมี**
**นรชาติวางวาย มลายสิ้น ทั้งอินทรีย์**
**สถิตย์ทั่วแต่ชั่วดี ประดับไว้ ในโลกา**

กราบแทบเท้าหลวงพ่อด้วยความระลึกในพระคุณ
ศิษย์หลวงพ่อ



# วาระสุดท้าย

# วาระสุดท้ายของการประกาศพระพุทธศาสนา

พ.ศ. ๒๕๒๗ ตลอดของการบวชเป็นพระภิกษุในพระพุทธศาสนาหลวงพ่อ ได้เข้าปฏิบัติ และได้ศึกษาอยู่กับ หลวงปู่เทสก์ เทสรังสี วัดหินหมากเป้ง อำเภอศรีเชียงใหม่ จังหวัดหนองคาย ท่านได้ตั้งใจปฏิบัติอย่างจริงจัง เพื่อให้เข้าใจในหลักธรรมอย่างถ่องแท้ เพื่อจะได้ออกไปประกาศพระพุทธศาสนาให้ พุทธศาสนิกชนได้เข้าใจในธรรมคำสอน ขององค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้า เพื่อคนทั้งหลายจะได้ดำเนินชีวิตอย่างมีความสุขทั้งในภพนี้ และภพหน้า หลังจากปฏิบัติเข้าใจในหลักธรรมคำสอนแล้ว หลวงพ่อก็ได้ออกเทศนาและสอนการปฏิบัติในที่ต่าง ๆ ทั่วทั้งในประเทศและต่างประเทศ โดยไม่เห็นแก่ความเหน็ดเหนื่อยแม้เพียงนิด หลวงพ่อได้สร้างศูนย์ปฏิบัติธรรมที่บ้าน ที่วัด และสำนักสงฆ์หลายแห่ง (ซึ่งต่อมาได้พัฒนาเป็นวัด)

## อาการป่วยของหลวงพ่อ

หลวงพ่อท่านมีอาการแน่นหน้าอกและหายใจติดๆขัดๆและเวียนศีรษะ มาหลายปีแล้วแต่ก็คิดว่าคงจะเป็นแค่โรคลมธรรมดาพักซักหน่อยก็คงหายเอง มาช่วง ปี พ.ศ.๒๕๕๕ เดือนมิถุนายนเริ่มมีอาการบ่อยครั้ง บางทีก็มีอาการขณะที่กำลังสอนปฏิบัติธรรมจนต้องทำการนวดกันที่นั่น พอจะไปโรงพยาบาลหลวงพ่อก็บอกว่าไม่ไปดีขึ้นแล้ว มีช่วงหนึ่งที่หลวงพ่อมีอาการหนักมากจนต้องพาไปโรงพยาบาลที่จังหวัดนครนายก หมอก็ตรวจไม่พบอะไรเพียงแต่ให้ยามาฉัน

วันที่ ๒๖ เดือนกรกฎาคม พ.ศ.๒๕๕๕ หลวงพ่อมีกิจนิมนต์ไปอบรมธรรม ให้แพทย์ พยาบาล เจ้าหน้าที่ และผู้สนใจธรรมที่โรงพยาบาลลำพูน ซึ่งหลวงพ่อ ก็ได้เปิดบ้านธรรมะไว้ที่นั่นด้วย

วันที่ ๓๐ กรกฎาคม หมอที่โรงพยาบาลลำพูนได้สังเกตเห็นหลวงพ่อเวลาฉันอาหารเสร็จ หลวงพ่อมักมีอาการง่วงจึงขอถวายการตรวจ

วันที่ ๓๑ กรกฎาคม ผลการตรวจปรากฏว่าหลวงพ่อมีเส้นเลือดตีบ ๓ เส้นและหัวใจส่วนหนึ่งด้านและตาย

หมอถึงกับร้องไห้ ว่าหลวงพ่ออยู่ได้ยังไง หมอว่าเดินทางกลับอย่าแวะที่ไหนให้เข้ารับการรักษาที่โรงพยาบาลขอนแก่น โดยด่วน

วันที่ ๑ สิงหาคม พ.ศ.๒๕๕๕ หลวงพ่อบอกว่าจะเดินทางกลับ และจะไปอบรมพระเณรที่จำพรรษาแต่ละวัดที่เป็นวัดสาขาคือจังหวัดสระบุรี (วัดพระธาตุเจริญธรรม) จังหวัดนครราชสีมา (วัดภูผาชัน) จังหวัดนครนายก (วังมรดกธรรม พระตถาคต) ขณะเดินทางมาถึงจังหวัดสิงห์บุรี หลวงพ่อมีอาการแน่นหน้าอก หายใจลำบาก และเวียนศีรษะ จึงให้ยาหอมท่านฉัน จึงได้ถามท่านว่าจะแวะเข้าโรงพยาบาลก่อนไหม ท่านบอกว่าไม่ ให้ไปที่วัดพระธาตุเจริญธรรม พอไปถึงลูกศิษย์ถวายการนวดให้หลวงพ่อ เพื่อที่อาการจะดีขึ้น หลังจากนั้นหลวงพ่อก็บอกว่าจะไม่ไปนครนายกแล้วจะเดินทางกลับขอนแก่นเลย และได้ออกเดินทางประมาณหนึ่งทุ่ม พอไปถึงขอนแก่น ก็ได้พาหลวงพ่อเข้าโรงพยาบาลศูนย์หัวใจสิริกิติ์ภาคตะวันออกเฉียงเหนือจังหวัดขอนแก่น เมื่อมาถึงหมอก็ได้ตรวจดูอาการและเอ็กซเรย์ อีกครั้ง

วันที่ ๒ สิงหาคม พ.ศ. ๒๕๕๕ ได้รับแจ้งจากหมอว่าหลวงพ่อจะต้องได้รับการรักษาโดยการฉีดสีเข้าเส้นเลือด และทำบอลลูนหัวใจ แต่ปรากฏว่าการทำบอลลูนหัวใจไม่ได้ผล เพราะเส้นเลือดหลวงพ่อติดกันแน่น จนไม่สามารถทำได้มีเพียงทางเดียวคือ การผ่าตัด และหมอก็ได้นัดหลวงพ่อรับการผ่าตัดในวันที่ ๑๔ สิงหาคม

พ.ศ. ๒๕๕๕ หลวงพ่อกลับมาพักที่วัดเพื่อรอการผ่าตัด แต่หลวงพ่อก็มิได้ละกิจที่ได้ทำเป็นประจำคือ การเทศน์อบรมลูกศิษย์และญาติโยมรวมถึงการแจกทานทุกวันเรื่อยมา

วันที่ ๑๒ สิงหาคม พ.ศ. ๒๕๕๕ คณะลูกศิษย์และญาติโยมได้รวมกันสวดมนต์เสริมดวงชะตาให้กับหลวงพ่อ

วันที่ ๑๔ สิงหาคม พ.ศ. ๒๕๕๕ กำหนดวันผ่าตัดหลวงพ่อได้เดินทางไปที่โรงพยาบาลตามหมอนัด หมอได้ทำการเจาะเลือดและตรวจร่างกาย แต่ปรากฏว่ายังไม่ต้องผ่าตัด หมอจึงนัดใหม่โดยให้หลวงพ่อมาที่โรงพยาบาล ๓ เดือน ๑ ครั้ง ในช่วงที่รอการผ่าตัดหลวงพ่ออยู่ที่วัดป่าอภัยวันนั้น หลวงพ่อก็ออกไปสอนการปฏิบัติธรรมอบรมอย่างเดิม โดยมิได้ห่วงในอาการที่ตนเองเป็นอยู่เลย

วันที่ ๓๑ สิงหาคม ถึงวันที่ ๒ กันยายน พ.ศ. ๒๕๕๕ หลวงพ่อไปสอนการปฏิบัติธรรมที่ ศูนย์ปฏิบัติธรรมบ้านพบธรรม-นำสุข จังหวัดลพบุรี ซึ่งเป็นการเผยแผ่ธรรมะครั้งสุดท้ายของหลวงพ่อ วันที่ ๑ กันยายน พ.ศ. ๒๕๕๕ ทางโรงพยาบาล ได้โทรมาแจ้งว่า ให้หลวงพ่อมารับการผ่าตัด โดยให้มาพักที่โรงพยาบาล ในวันที่ ๔ กันยายน พ.ศ. ๒๕๕๕ เพื่อรับการผ่าตัด

วันที่ ๖ กันยายน พ.ศ.๒๕๕๕ หลวงพ่อได้รับการผ่าตัดในเวลาบ่ายสองโมง เสร็จสิ้นการผ่าตัดเมื่อเวลาสองทุ่ม โดยทางคณะ

แพทย์ได้แจ้งกับคณะลูกศิษย์ว่าหลวงพ่อมีอาการปลอดภัยดีแต่ในเวลาสามทุ่มครึ่ง คณะแพทย์ก็ออกมาแจ้งทางคณะลูกศิษย์ว่าหลวงพ่อต้องเข้าห้องผ่าตัดรอบ ๒ เพราะหลวงพ่อมีอาการช็อกและความดันต่ำมาก น้ำท่วมปอดและเลือดที่หัวใจไหลไม่หยุด พระเณรและลูกศิษย์จึงพากันสวดมนต์ นั่งสมาธิภาวนา หลังจากนั้นแพทย์ก็ออกมาแจ้งอีกว่า ความดันของหลวงพ่อกลับมาเป็นปกติ เป็นปาฏิหาริย์ที่น่าอัศจรรย์มาก หมอจะรอดูอาการสักระยะหนึ่ง จนแน่ใจว่าปลอดภัยแล้วจึงทำการปิดทรวงอกของหลวงพ่อ แต่เมื่อปิดทรวงอกแล้วปรากฏว่าความดันของหลวงพ่อลดลงต่ำมากกว่าเดิม หมอจึงฉีดยาเร่งความดันแต่ปรากฏว่า อาการของหลวงพ่อไม่ดีขึ้นเลย แต่กลับมีอาการทรุดลงมากกว่าเดิม จนกระทั่งในเวลาประมาณตีสองครึ่ง หลวงพ่อได้สิ้นลมหายใจอย่างสงบ ยังความเศร้าโศกเสียใจแก่เหล่าคณะลูกศิษย์อย่างเหลือจะพรรณนา

ด้วยความอาลัยในตัวหลวงพ่อทองพูน

พระจักรพงศ์ ชุตินฺธโร


พิธีบำเพ็ญกุศล
พระครูสังฆรักษ์ ทองพูน ปุญฺณกาโม
เจ้าคณะตำบลบ้านท่ม (ธ) เจ้าอาวาสวัดป่าอภัยวัน

# บทธาตุสุญโญพุทโธ

**บทสวดมนต์ที่หลวงพ่อทองพูน**
**ให้ไว้เพื่อเป็นหลักเตือนใจ ให้ลูกศิษย์ปฏิบัติตาม**
**(เป็นบทที่อ่านง่าย แต่ปฏิบัติตามได้ยากยิ่งนัก)**

ธาตุมัตตะโกนิสสัตโตนิชชีโวสูญโญพุทโธ ดีเหลือเกิน วันนี้เรามีชีวิตอยู่ เราจะทำหน้าที่ของความเป็นมนุษย์ให้ดีที่สุด จนสุดความสามารถในทุกๆ กรณี แต่เราจะไม่หวังอะไรจากใครๆ โดยที่สุด แม้แต่คำว่าขอบคุณ ขอบใจ เพราะอำนาจอยู่ที่ พระธรรม อยู่ที่สัจธรรม

ธาตุมัตตะโกนิสสัตโตนิชชีโวสูญโญพุทโธ ชีวิตของเรานี้ ต้องแก่ ต้องเจ็บ ต้องตาย อย่างแน่นอนจะแก่แบบไหนจะเจ็บแบบไหน จะตายแบบไหนจะตายเวลาไหนจะตายตรงไหนจงมาเถิดเราพร้อมแล้ว ถึงอย่างไร เราจะไม่เป็นทุกข์ เพราะไม่ใช่ของเรา แต่เป็นของพระธรรม เพราะเป็นสัจธรรม

ธาตุมัตตะโกนิสสัตโตนิชชีโวสูญโญพุทโธ ญาติทั้งหลาย มีบิดามารดาเป็นต้น ตลอดถึงทรัพย์สมบัติทั้งหมดทั้งสิ้นต้อง พลัดพรากล้มหายตายจากกันไปอย่างแน่นอน ไม่วันใดก็วันหนึ่ง ถึง เป็นเช่นนั้นเราจะไม่เป็นทุกข์ เพราะไม่ใช่ของเรา แต่เป็นของพระธรรม เพราะเป็นสัจธรรม

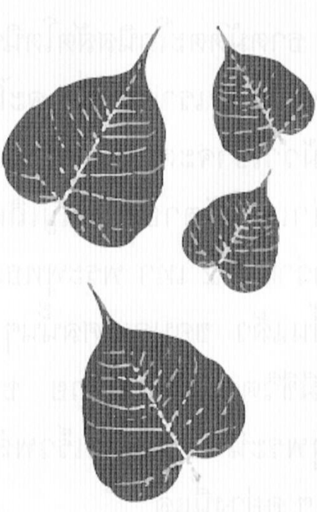
ธาตุมัตตะโกนิสสัตโตนิชชีโวสูญโญพุทโธ ไม่ว่าเราจะทำอะไรลงไปก็ตาม คนทั้งหลาย ต้องรู้สึกกับเราอย่างน้อย 3 ประเภท คือ เขาว่าเราดีบ้าง เขาว่าเราไม่ดีบ้าง เขาไม่สนใจเราเลยบ้าง เขาสนใจเราก็มีอยู่บ้าง เราจะไม่ค้านเขา เราจะไม่เถียงเขาและไม่หวั่นไหวโดยประการทั้งปวง เขาว่าเราดีก็ถูกของเขา เขาว่าเราไม่ดีก็ถูกของเขา เขาไม่สนใจเราเลยก็ถูกของเขาอย่างนั้นเอง เราจะไม่เป็นทุกข์ เพราะธรรม ใครทำใครได้ ใครทำใครมี ใครทำใครดี

ธาตุมัตตะโกนิสสัตโตนิชชีโวสูญโญพุทโธ ทั้งเนื้อทั้งตัว ทั้งผลงานที่ทำไปแล้วทั้งหมดทั้งสิ้น เราขอยกให้พระธรรมทั้งหมด เราจะไม่หวังอะไร เราไม่หวังที่จะเป็นอะไร เราไม่หวัง ที่จะมีอะไรไม่ว่าโลกนี้หรือโลกไหนๆ โดยประการทั้งปวง เพราะทุกสิ่งทุกอย่างเป็นของพระธรรม ธาตุสูญโญ คือ สัจธรรม ว่าเปล่าจากความหมาย แห่งความเป็นตัวตน

ธาตุมัตตะโกนิสสัตโตนิชชีโวสูญโญพุทโธ ทุกๆ ชีวิต ต่างมีความทุกข์อยู่แล้ว เราคนหนึ่ง จะไม่เพิ่มทุกข์ เพิ่มโทษ ให้แก่ทุกๆ ชีวิตเลย ถึงแม้ว่าเขาจะด่า เขาจะนินทา เขาจะใส่ร้าย เขาจะทุบตีหรือโดยที่สุดฆ่าเราให้ตาย ก็เชิญเถิด เราจะไม่ทำตอบ เพราะการทำตอบเลวกว่าเขา 2 เท่า พระพุทธเจ้าตรัสไว้ บุญใดๆ ที่ข้าพเจ้าได้กระทำให้เกิดขึ้นแล้ว ขอบุญกุศลนั้นๆ จงถึงแก่ทุก ๆ ชีวิต ทั้งที่ตายไปแล้วด้วย ทั้งที่มีชีวิตอยู่เดี๋ยวนี้ด้วย ขอให้มีความสุข และพ้นจากทุกข์ทั้งปวง เข้าสู่พระนิพพานโดยเร็วพลัน เราทั้งหลาย พึงทำให้เห็นอยู่ในใจเนืองๆ อย่างนี้แล

## อะหัง วันทามิ สัพพะโส

## อะหัง วันทามิ นิพพานะปัจจะโย โหตุ







| | | |
|---|---|---|
| พระมหาพยัพนาม ฐิตธมโม | 50 | ยูโร |
| พระมหาจักรพงษ์ ชุตินธโร | 640 | บาท |
| คุณเพ็ญนภา กริมสมันน์และครอบครัว | 102 | ยูโร |
| คุณธัญมาศ+ แวร์เนอร์ เองเลอร์ | 60 | ยูโร |
| คุณดวงจันทร์ เกอริกค์ | 50 | ยูโร |
| คุณนวลศรี+ อาโน+อเล็กซ์+โทเบี้ยส์ | 50 | ยูโร |
| คุณพรพรรณ วิงเคลมานน์ | 50 | ยูโร |
| คุณสมจิตร เมอร์ริ่ง | 50 | ยูโร |
| คุณสุมาลี ฟรานเซ่น | 50 | ยูโร |
| คุณศรีทอง วิงเคลมันน์ | 48 | ยูโร |
| คุณอรสา (เล็ก) | 46 | ยูโร |
| คุณบัวหลวง เซเกลฮอสท์ | 40 | ยูโร |
| คุณแอ๋ว ปาริชาติ โลเรนเซน | 40 | ยูโร |
| คุณณัฐวิมล แสงสว่าง,อิรีน่า โชสิตา,ด.ช อเล็กเซ่ อนาวิน | 30 | ยูโร |
| คุณสว่างจิต+ คุณเอดวิน+ซินดี้ บลิ้งค์ | 30 | ยูโร |
| คุณอรุณวรรณ+ คาร์สเติล เบราเอ+ญาติมิตร | 30 | ยูโร |
| คุณอเล็กซานเดร์ สาเวนโค | 30 | ยูโร |
| คุณศิริพร เวนห์ | 22 | ยูโร |
| คุณจริยา บิซโซฟ | 20 | ยูโร |
| คุณจามรี ผ่านแสนเสาร์ | 20 | ยูโร |

| | | |
|---|---|---|
| คุณจิตรชญา ส่งเสริม | 20 | ยูโร |
| คุณปอล+ เยาวนุช | 20 | ยูโร |
| คุณพ่อสนั่น,คุณแม่สุรินทร์,นายธีรยุทธ นางนัทนิชชา อยู่สาโก | 20 | ยูโร |
| คุณวิราภรณ์ โฮฟมันน์ | 20 | ยูโร |
| คุณสมพิศ เพเช่ | 20 | ยูโร |
| คุณสาคร คุ้มกลางและครอบครัว | 20 | ยูโร |
| คุณสำรวย+โจส อยู่สาโก (คีเซบริ้ง) น.ส สุทิสา ด.ช อมรเทพ | 20 | ยูโร |
| คุณโสภิต พาเพ(พิณวานิชนันท์) | 20 | ยูโร |
| คุณอ้อมใจ ชมิดท์และครอบครัว | 20 | ยูโร |
| คุณอิทธิพล,คุณอดิศร,คุณถวิลวรรณ แสงสว่าง | 20 | ยูโร |
| ด.ชฐาวิรัตน์ เองเลอร์ | 20 | ยูโร |
| ด.ญ ธนนณัฎฐ์ เที่ยงตรง | 20 | ยูโร |
| น.ส ภัทรีญา เชื้อจันทึก | 20 | ยูโร |
| นางณัฐนันท์ เที่ยงตรง | 20 | ยูโร |
| นางวารี สมศาสตร์, นางกัลยา+ไบรอั้น ริชาดร์ | 20 | ยูโร |
| นายอานนท์ เที่ยงตรง | 20 | ยูโร |
| คุณกนกวรรณ ซูเบิตร์ | 18 | ยูโร |
| คุณปราณี ริกเกท | 18 | ยูโร |
| คุณกชกร มหาการเกตุ คุณวัฒนา ปัตกา และครอบครัว | 12 | ยูโร |
| ครอบครัว ธาราทิพย์พัฒนา(วาลซิล) | 10 | ยูโร |

| | | |
|---|---|---|
| ครอบครัว วันสืบ(วานเดแมร์) | 10 | ยูโร |
| คุณกนกวรรณ+ คุณกุรพิน เวชไชโย | 10 | ยูโร |
| คุณกมลวรรณ โลเรนซ์ | 10 | ยูโร |
| คุณคัมภีร์ กันยาบุตร | 10 | ยูโร |
| คุณจันทัย และมาเทน กรือสตาร์ | 10 | ยูโร |
| คุณจิราภรณ์ สีละคร | 10 | ยูโร |
| คุณจุฑาภรณ์ ฮาร์ทมันน์ | 10 | ยูโร |
| คุณจุฑารัตน์ อินสำอางค์และครอบครัว | 10 | ยูโร |
| คุณชนากานต์ ดวงแก้ว | 10 | ยูโร |
| คุณชลดา พูคองคอย | 10 | ยูโร |
| คุณชวนพิศ ไบร์แยตร์ | 10 | ยูโร |
| คุณดวงแก้ว โยมรัมย์ | 10 | ยูโร |
| คุณเดือนเพ็ญ ม้านและครอบครัว | 10 | ยูโร |
| คุณทองมี มันน์ | 10 | ยูโร |
| คุณนันทนี นพชูวงศ์สกุล และครอบครัว | 10 | ยูโร |
| คุณนา วิทฑเยอร์ | 10 | ยูโร |
| คุณนิวส์ เฮเดการ์ท | 10 | ยูโร |
| คุณพิศมัย คุณพระ | 10 | ยูโร |
| คุณเพ็ญ บุคคาห์น | 10 | ยูโร |
| คุณแม่ทองใบ เหี้ยมเหิน | 10 | ยูโร |
| คุณแม่เรียบ สุรีราช | 10 | ยูโร |
| คุณรัชนี อินทร์ขาว | 10 | ยูโร |

| | | |
|---|---|---|
| คุณวงเดือน เพ็ทท์ไวส์ | 10 | ยูโร |
| คุณวัฒฒชนพงศ์ โหรารัมย์ | 10 | ยูโร |
| คุณสงกรานต์ เลวีน | 10 | ยูโร |
| คุณสุมิตรา ครือเกอร์ | 10 | ยูโร |
| คุณสุวัฒน์ ปั่นกลาง | 10 | ยูโร |
| คุณอัณทิกา หงษา | 10 | ยูโร |
| คุณอารมณ์ บุญวัฒน์ | 10 | ยูโร |
| คุณอุบลรัตน์ ทองศาสตร์ | 10 | ยูโร |
| เควิน ฮาลเลอร์ | 10 | ยูโร |
| ด.ช ชาการิน โพสเตมา | 10 | ยูโร |
| เดนิช ฮาลเลอร์ | 10 | ยูโร |
| น.ส สุมาลัย สมภิทักษ์ และ กีสจาน เวสเทน | 10 | ยูโร |
| นางกิ่ง เบียร์มันน์ | 10 | ยูโร |
| นางมานิตย์+โอริเวอร์ เฟลค์ + คุณขัวญเมือง เตียวลุล | 10 | ยูโร |
| นายธรรมวิชช์ ประเสริฐ | 10 | ยูโร |
| น้ำเพชร ปั่นกลาง | 10 | ยูโร |
| โรลฟ+ อีริส นิวแลนค์ | 10 | ยูโร |
| ไรเยอร์ อีเวอร์ | 10 | ยูโร |
| วิโรจน์ ทองศาสตร์ | 10 | ยูโร |
| สุนิสา สร้างนอก , สังเวียน คลึงกล้า | 10 | ยูโร |
| อรพิน หงษา+ สเนล่า เบลมันน์ | 10 | ยูโร |
| อรอุมา อีเวอร์ วังเอก | 10 | ยูโร |

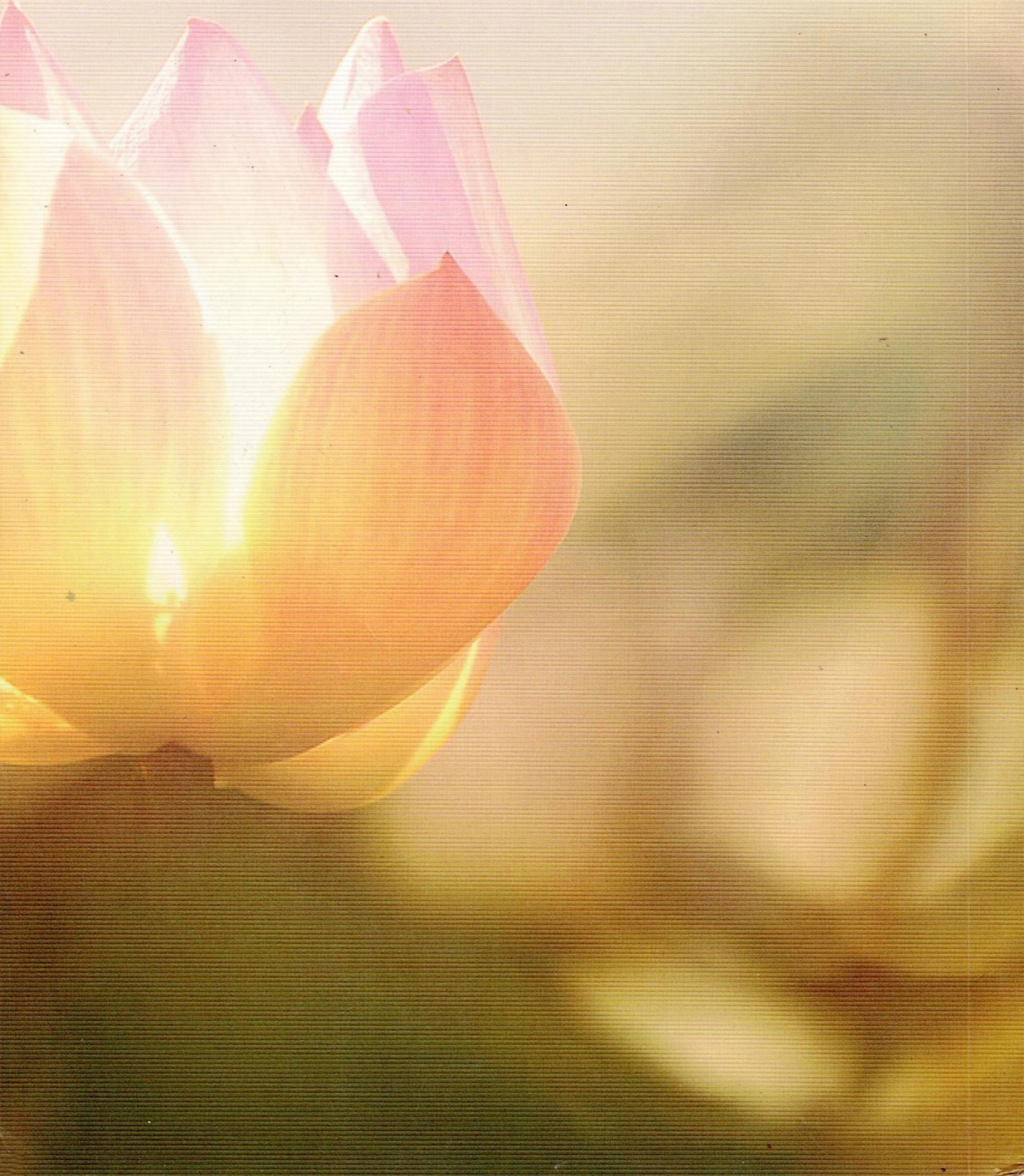
| | | |
|---|---|---|
| อารอน ฮาลเลอร์ | 10 | ยูโร |
| คุณทองสุข โนว์สกี้ | 7 | ยูโร |
| คุณทองศรี โซบุทท์ | 6 | ยูโร |
| คุณสุณีตา พรสูงเนิน | 6 | ยูโร |
| นายสิทธิชัย มีชัย | 6 | ยูโร |
| ฟาริดา สีลา | 6 | ยูโร |
| วอลเกอร์ ครือเกอร์ | 6 | ยูโร |
| คิม เดเมลโล | 5 | ยูโร |
| คุณกอบ เหลาเคน | 5 | ยูโร |
| คุณเขียน วงศ์แก้ว | 5 | ยูโร |
| คุณต้อย | 5 | ยูโร |
| คุณนิอร โสวรรณะและครอบครัว ซิมเมอร์ | 5 | ยูโร |
| คุณพันทิพา นาพยัพ | 5 | ยูโร |
| คุณวราภรณ์ ใหม่วงศ์ ทรีทเซนและครอบครัว | 5 | ยูโร |
| คุณวลัญชวิภา ชูลส์ | 5 | ยูโร |
| คุณวิลาวัลย์ โรทเคเกลและครอบครัว | 5 | ยูโร |
| คุณสาย วงตะเคียน | 5 | ยูโร |
| คุณสุพรรณี ศรีระขันธ์ | 5 | ยูโร |
| คุณโสรยา ดวงแก้ว | 5 | ยูโร |
| คุณอนงค์ พัฒนพันธ์ และครอบครัว | 5 | ยูโร |
| คุณอพินยา เดเมลโล | 5 | ยูโร |
| คุณอีนอค เกิ้ลส | 5 | ยูโร |

| | | |
|---|---|---|
| ด.ช ชาลี เกิ้ลส | 5 | ยูโร |
| ด.ญ เดียร์อาน่า ลัลลาลิต้า ฟานเดอร์เฟน | 5 | ยูโร |
| ดาวิด เดริตส์, นายนิมิต นิลศิลา | 5 | ยูโร |
| คุณประภาพรรณ เพียรธัญกิจ | 2 | ยูโร |
| คุณวัชรี ยันเซน | 2 | ยูโร |
| เบนยามิน ครือเกอร์ | 2 | ยูโร |
| มานูเอล ครือเกอร์ | 2 | ยูโร |
| ครอบครัว ผ.อ.วรชัย ลิขิตายนและญาติธรรม | 20,000 | บาท |
| ครอบครัวแก้วกัน และบริษัทดิจิตอลโฟกัสและญาติมิตร | 3,200 | บาท |
| ครูศิริพงษ์ ครูพัชรี ชุ่มอิ่ม | 1,600 | บาท |
| จ่าสิบเอกหญิง ปราณี กลิ่นบุปผา | 1,000 | บาท |
| นางนิตยา ภู่พัฒน์ | 1,000 | บาท |
| นายจักรกฤษณ์ ปิยะสุนทร | 1,000 | บาท |
| ผ.อ.ชุศรี เจริญยิ่ง | 1,000 | บาท |
| อาจารย์ปรีชา อาจารย์สุชีรา โกมโลทกและครอบครัว | 1,000 | บาท |
| คุณยายอั้ว เรืองฤทธิ์ และบุตรหลาน | 1,000 | บาท |
| นายไชยวัฒน์ นางวรัทยา นางสาวปารย์ เลิศวิชัยยุทธ์ | 960 | บาท |
| ครูกรรณิการ์ น.ว.หญิงธิติมา ใจดี ครูดารณี ปัญจรัตน์ | 640 | บาท |
| นางอนงค์ ปฏิมาวดี | 640 | บาท |
| ส.ท.สำเนียง นางสมบัติ ทองบ้านทุ่ม | 640 | บาท |
| คุณอิทธิชัย คุณกฤษณา และมริษฎา แจ่มผล | 500 | บาท |
| นักศึกษาวิทยาลัยเทคนิคท่าหลวงซิเมนต์ไทยอนุสรณ์ | 500 | บาท |

| | | |
|---|---|---|
| นางสาวตวงรัตน์ ชื่นชู | 500 | บาท |
| นายแพทย์สุทัศน์ คุณดวงสุดา จอโภชาอุดม | 500 | บาท |
| นายมงคล นางนภาศรี มีสมสร้าง | 500 | บาท |
| อาจารย์กชรัตน์ หาญอาสา | 500 | บาท |
| อาจารย์ลลิตา นาพุทรา | 500 | บาท |
| อาจารย์ลัดดาวัลย์ ทนุโวหาร | 500 | บาท |
| อาจารย์ศรีพร ชอบคุย | 500 | บาท |
| คุณสมศักดิ์ กัณฑนะ | 500 | บาท |
| คณะครูบริหารธุรกิจว.ท.ลพบุรี | 490 | บาท |
| นางนิชษา ลานห์ และครอบครัว | 320 | บาท |
| นายอำนวย นางพรเพ็ญ ปฏิมาวดี | 320 | บาท |
| นางนิตยา บุญเนตร | 300 | บาท |
| นายสุภาพ นางสมทรง รองาม | 300 | บาท |
| ชวารี ศรีสวัสดิ์ และครอบครัว | 300 | บาท |
| อาจารย์ประไพ | 200 | บาท |
| อาจารย์ปรียา | 200 | บาท |
| ช่อฉัตร เสนาพิทักษ์ | 200 | บาท |
| นางเกษร สาระชาติ และครอบครัว | 100 | บาท |
| นางณัฐรินทร์ สาระชาติ และครอบครัว | 100 | บาท |
| นายวีรชาติ ผลมะตูม | 100 | บาท |
| นายสำราญ นางสมศักดิ์ ภัยหน่าย | 100 | บาท |
| อัครา อินทุสุต | 100 | บาท |
| วิไลรัตน์ วันกมลสวัสดิ์ | 100 | บาท |

ท่านได้ตั้งสัจจะไว้กับหลวงปู่เทสก์ว่า

**“ ถ้าหากธรรมะช่วยดับทุกข์ได้นี่ จะรับใช้
พระพุทธศาสนาตลอดชีวิต แล้วก็ให้ได้ไปทุกหนทุกแห่ง ”**



ธรรมบันดาล หลวงพ่อทองพูน ปุญญกาโม วัดป่าอภัยวัน